



Goldenpearl®  
Beauty Forever

تہ جانیہ جہ شہزادہ



Facebook Chef Special | Vol-6 Issue-VII October 2014 | Price Rs. 180.00 AED 18

# Special

ماہنامہ

# شہزادہ



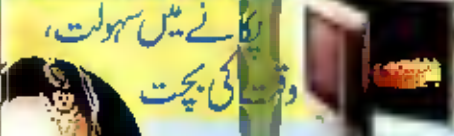
ABC Co. lified پاکستان کا واحد  
A Project of **Jahangir Books**



Special  
عیادہ شہزادہ

Budget  
Friendly +  
Low Cal  
Recipes

inside

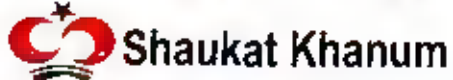


INTERVIEW

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Every time you purchase our products

**Kausar** will donate **Rs.1** per kg/ltr to



Memorial Cancer Hospital And Research Centre








**SPICE UP**  
your **EID**

Log on to our Facebook page for delicious and delightful recipes


 [Facebook.com/KausarCookingOils](https://www.facebook.com/KausarCookingOils)



**Kausar**  
BANASPATI & CANOLA OIL

کچھ خاص ہمارے کھانے میں



 [info@kausar.com.pk](mailto:info@kausar.com.pk)

Every time you purchase our products **Kausar** will donate Rs. 1 per kg/ltr to  
Shaukat Khanum Memorial Cancer Hospital and Research Centre.





# قشری جوہر جوشاندا

ہر موسم کا بہترین ساتھ

فلورنز اور زکام سے محفوظ رکھے!

- 14 کولٹی ٹیسٹس اور چیکس
- ٹائمز کے ایئر کے مطابق "بیسٹ آف ایشیا"
- ہر موسم اور جوشاندا اور زکام سے بچانے کے لیے دہائیوں
- پاکستان میں شہرہ آفاق ہونے والے جوشاندا کے 100 گاہکوں میں سے 86 قشری جوہر جوشاندا کے ہوتے ہیں

Quality checked by Intelsen



دن میں 3 مرتبہ  
باتاغدی سے استعمال کریں

www.qarshi.com facebook.com/QarshiPakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

Manhattan Leo Burnett

# گیسٹو فیل



گیس، سینے کی جلن اور بدہضمی کا حل

ٹیبلٹس اور سیرپ میں دستیاب



قرشی گیسٹو فیل 100% قدرتی اور انتہائی مفید جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ سیرپ اور ٹیبلٹس ہیں جو گیس، سینے کی جلن، تیزابیت اور بدہضمی کی حالت میں فوری اثر دکھائے اور منوں میں آرام پہنچائے۔

قرشی گیسٹو فیل کے فوائد:

- 100 فیصد قدرتی اجزاء سے تیار کردہ قرشی گیسٹو فیل فوری اثر دکھا کر منوں میں آرام پہنچاتا ہے۔
- تیزابیت، گیس، سینے کی جلن اور بدہضمی میں مفید ہے۔
- معدہ، جگر اور آنتوں کی اصلاح کرتا ہے۔
- بھوک بڑھاتا ہے اور قرض میں بھی مفید ہے۔
- آپ کی صحت اور تندرستی کا ضامن ہے۔





Shangrila®

شنگریلا میرا ہے!  
www.shangrila.com.pk

# Simply Bestilicious!

Double the taste of your homemade  
sandwiches with a delicious combo of  
**Ketchup & Mayonnaise**

**SAVE  
Rs.35**



Get a  
**FREE** 100ml  
**Mayonnaise**  
with every  
**1Kg Pack**

اس عید شنگریلا لایا مزیدار کھانوں کی پرفیکٹ رہنمائی۔ شنگریلا 1Kg ٹماٹو کچھپ یا گارلک چلی سوس پانچ بیک خریدیں اور اس کے ساتھ حاصل کریں 100ml بیکر مایونیز بالکل مفت۔ ٹماٹو کچھپ اور گارلک چلی سوس کے ہٹھارہں کے ساتھ ساتھ مایونیز سے کر رہیں homemade سینڈوچز کا مزدور بالاکا۔

نہایت کم قیمتوں کے لئے ہے۔



# Chopping made easy



With a revolutionary Quad-blade system, this chopper is a must-have gadget for your kitchen. The four stainless steel blades are ideal for chopping large quantities of anything, ensuring that you don't have any lumps or solid pieces left.

Whether it's your favorite chutney or vegetables for a salad, Quad-blade steals the show every time, making you the star in your kitchen.

www.rni.com.pk  
UAN: (021) 111-764-764

Join KENWOOD, PAKISTAN

QUAD



CH 250



CH 580



# KENWOOD

CREATE MORE



WWW.PAKSOCIETY.COM

**Borjan**

FASHION FORWARD

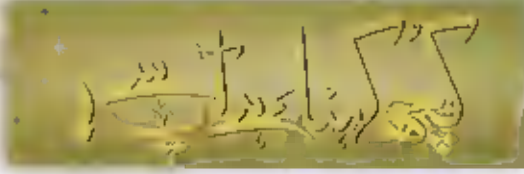


WWW.www.borjan.com.pkPAKSOCIETY.COM

Join us on  

Special  
ماہنامہ  
شیف

Vol-6 Issue-VII October 2014



- نگران اعلیٰ : سید ارمینہ نیاز
- چیف ایڈیٹر : نسیم نیاز
- مینیجنگ ایڈیٹر : عدیل نیاز
- ایڈیٹر : فواز نیاز
- سینئر ایڈیٹر : شازیہ غواڑ
- ایگزیکٹو ایڈیٹر : عطیہ عباس
- اسسٹنٹ ایڈیٹر : محمد اقبال قریشی
- گرافک ڈیزائنر : محمد قیصر
- فوٹو گرافر : فیصل امیر علی
- کمپوزر : انیسلاظہر
- پروڈکشن مین : شاہدہ شفیع

- پرنٹرز : شرکت پرنٹنگ پریس لاہور
- قانونی مشیر : چوہدری ریاض اختر شہزاد پٹ
- ماریٹنگ مینیجرز : شہزاد عالم : 0320-7755129
- حنّا شفیع : 0320-7755130
- محمد رمضان : 0320-7755122
- ناشر : عروج نیفیس، جاوید اقبال
- مینیجر آفس : نسیم نیاز
- کراچی آفس : 89- ٹنٹ پور روڈ، جی او آر نزد جیل روڈ لاہور
- 021-35383410 : +92-42-37420263-65
- 31- سی میزنٹن فلور ایم-3 اے-22 : ایسٹ سٹریٹ، فیز آڈیفنس، کراچی۔

UAE آفس : Dusekorf Building, # 104, Al Barsha I UAE.  
LifeStyle : Tel: +971 4-4475 920

- ڈسٹری بیوٹرز
- لاہور : آرزو بازار : 042-37220879
  - سلطان نیوز ایجنسی : 0300-4009578
  - کراچی : آرزو بازار : 021-32765086
  - گلستان نیوز ایجنسی : 021-32733755
  - راولپنڈی : اشرف بک ایجنسی : 0300-2680248
  - پشاور : زرباخ خان نیوز ایجنسی : 051-5774682
  - حیدرآباد : مہبران نیوز ایجنسی : 0333-5205014
  - گجرات : خالد بک اسٹال : 091-2213525
  - کوئٹہ : الصاری بک اسٹال : 022-2780128
  - 0322-3481676 : 0333-8421027
  - 053-3521020 : 031-2826741

90  
www.jbdpress.com  
Chef Special  
chefspecial@jbdpress.com  
For free delivery anywhere in Pakistan please contact: info@jbdpress.com

شیف ایجنسی کی ایم کی طرف سے تیار کی گئی عید الاضحیٰ اور ماہ ذی الحجہ کی فضائل و برکات سے ہم پر رون مہارک ہوں اور لوگ جو  
بمقابلہ باری تعالیٰ اس ماہ فریضہ حج کی ادائیگی کے لیے نہیں ہوئے، ان کو بھی وہی مبارک بار  
آپ کی مذہبی و روحانی رہنمائی کے لیے ترہانی اور حج کے مساک اور خطبہ حفصہ الوداع کے ارشادات پر مبنی مسلمان منگورین میں بطور خاص  
شام کیے گئے ہیں۔ دعوتوں کا احترام عید الاضحیٰ کا خاصہ ہے۔ آپ کی دعوتوں میں رنگ بھرے اور انہیں یادگار بنانے کے لیے ہمارے مگزی  
ایکپرس آپ کے لیے ایک سے بڑھ کر ایک نئی اور مزیدار میسر لے جیٹ خدمت ہیں۔ باری کی بکرا، بھندے، پانچھن، بریانی، پلاؤ  
اور بہت کچھ جو آپ بنا چاہیں، مگزیں میں موجود ہے۔ Low Cal ریسیپ کے ساتھ ایمری ریسیپ بھی دی جا رہی ہیں جو آپ اپنے بھت  
کے مطابق بنا سکتے ہیں۔ تارن کی بھر پور پرائز پر اس ماہ ماہیہ تاز شیف میجو کیڈر کی ریسیپ بھی وہی لورڈ کے لیے کسی جگہ سے کم نہیں۔  
عید کے موقع پر گوشت صاف کرنا، محفوظ رکھنا، پکانا اور سرد کرنا، وقت طلب اور تو طلب کام ہیں۔ ان تمام کاموں میں آپ کی رہنمائی  
اور معاونت کے لیے "اہتمام برید قریاں" کے نام سے مضمون خواہن کے لیے مفید ثابت ہوگا۔

سائنسی دور کی جدید آپنیس Appliance میں مانگرو، پوچ اور اون ایک ایم اور سفید ریافت ہے۔ اس میں کولنگ کے ذریعے نہ صرف  
وقت کی بچت ہوتی ہے بلکہ وقت اور درجہ حرارت کا خیال رکھا جائے تو کھانے کے کتے اور طے کا احتیال بھی نہیں ہوتا۔ مانگرو پوچ اور اون کے  
استعمال میں احتیالیں مذاہر پر مشتمل معلوماتی آرٹیکل کا مطالعہ ضرور کریں۔ مونے لوگوں کا ذکر ہوتا ہے میکیکو کا نام بھی ذہن میں آجاتا ہے۔  
جی ہاں! میکیکو مونے لوگوں کی دوزوں میں دینا بھر میں دوسرے نمبر پر ہے۔ آخر اس سائپ اور صحت کا کیا راز ہے، اس کے لیے میکیکو کو زین  
کا مطالعہ بھی آپ کی دلچسپی کا مرکز رہے گا۔ ناشپاتی کے ٹوائے اور اس بارے دلچسپ حقائق جاننے کے لیے صرف اس سے متعلق آرٹیکل  
پڑھیں بلکہ اسے اپنی غذا کا حصہ بھی بنائیں۔

خواتین کی بڑھتی ہوئی حاشی وقت دیکھتے ہوئے بہترین کا خیال ہے کہ بہت جلد خواتین دنیا کی معیشت پر حکومت کرنی نظر آئیں گی۔  
دنیا بھر کی طرح پاکستان میں بھی خواتین کی ایک بڑی تعداد اس وقت برسر روزگار ہے۔ شخص کا سران بھی ایسی ہی ایک ورکنگ وومن ہیں جو  
گھر اور کام کو ساتھ ساتھ چلا رہی ہیں۔ ان سے کئی مگزیٹو کھریلو خواتین اور ورکنگ وومن کے لیے شامل رہا بہت ہوگی۔  
Exclusive Interview میں اس بار پاکستانی فیشن انڈسٹری کی ٹاپ ٹاپل ناویہ مسمن سے کئی مگزیٹو فیشن خدمت ہے۔ کولنگ  
سے متعلق آپ کے مسائل کا حل اور خوب صورت کھانے پینے کی ٹر ایک مگزیٹو میں شامل کی گئی ہیں۔

آخری بات یہ کہ عید کے پڑھتے موقع پر ضرورت مندوں اور غریب لوگوں کی مدد کرنا نہ بھولیں۔  
آپ کی ذرا سی امداد ان کے لیے بڑی خوشی کا باعث بن سکتی ہے۔ اس کے لیے ضروری  
نہیں کہ وہ خود آپ کے دروازے پر آئیں۔ ٹکی کر کے میں بھیل کریں، یہی سچی  
خوشی ہے۔  
عطیہ عباس



Free delivery

ANNUAL Subscription



Subscriptions should be made preferably through Money Order, Demand Draft or Pay Order. Only Pakistani Rupees are accepted.

Subscribe for 12 months (12 issues) @ Rs: 1980/- (Including Courier service)

Money Order, Demand Draft or Pay Order should be mailed to:  
Circulation Manager  
Chef Special  
121-D, Gulberg II, Lahore Pakistan  
Ph: 042-35754518, 35754519

Coupon No. \_\_\_\_\_ Expiry \_\_\_\_\_ Signature \_\_\_\_\_

For Bank Transfer:  
Account Title: Chef Special  
Account # 1787-79000826-03  
Habib Bank  
Riwaz Garden Branch, Lahore Pakistan

Name (Mr/Mrs/Ms) \_\_\_\_\_  
Address \_\_\_\_\_



# SlimSmart<sup>®</sup> ULTRA!



Go Natural .co.uk

موٹاپے سے نجات  
وزن میں 1 کلو فی ہفتہ تک کی

INTRODUCTORY PRICE  
Only  
Rs. 460/-  
30 TABLETS PACK



100 Tablets Economy Pack: Rs. 1230/-

Awami Laboratories For Trade Enquiries: Email: info@awami.com Phone: 042-37415954 Fax: 042-37463991

Helpline: 0300 8455517

AVAILABLE AT:

CLINIX

Servai

FAZAL DIN'S 24



CSH Pharma Group

PHARMAGEN

LAHORE (FREE HOME DELIVERY): 042-37415954, 0300-8455517 LOHARI: 0333-4381468, 0321-4170997 OTHER CITIES: ABBOTTABAD 0333-6035390 ATTUCK 0300-8110300 DI-KHAN 0344-9098281 FAISALABAD



کیونکہ خوشیوں کے رنگ دیواروں کے رنگ سے زیادہ قیمتی ہوتے ہیں



COLORS OF HAPPINESS



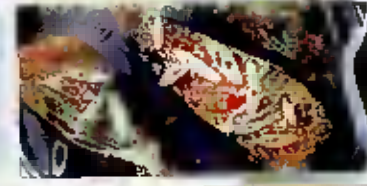
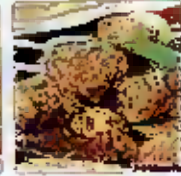
WWW.PAKSOCIETY.COM

**BUNNY'S**<sup>®</sup>

*Quality is our  
Major Ingredient!*







اداریہ ..... 8

مسائل حج و قربانی ..... 14

حکیم آغا کے منیڈ مشورے ..... 60

اجتماع عید قربان ..... 62

Cook like a Chef ..... 64

ناچپاتی ..... 66

Mexican Food ..... 68

شفن کامران ..... 72

Perfect in 5 Minutes ..... 73

Kitchen Cosmetics ..... 74

ماہنامہ درویش آباد ..... 76

معاملات رسول ﷺ ..... 78

”باتوں سے خوشبو آئے“

نادیہ حسین ..... 122

## MONTHLY HOROSCOPE

بینج میزبان ..... 126

نیر کا کارنامہ اکتوبر 2014ء ..... 128

## Fashion & Showbiz

فیشن شوٹ ..... 130

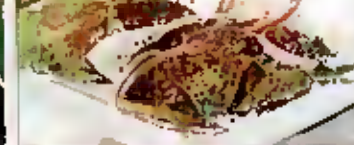
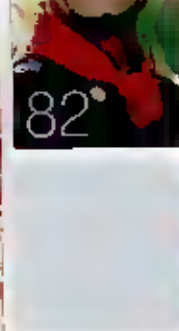
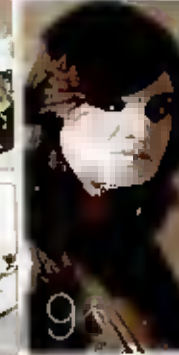
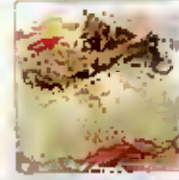
Movie Club ..... 138

## Recipes

BBQ Special ..... 40

**Low cal** Recipes ..... 48

Dips & Sauces ..... 118





BAKE  
PARLOR®

سب ہی کھاتے ہیں



پورے پورے پر فیکٹ ہے  
واہ کیا میٹ ہے





# مسائل حج و قربان



مفتی اعظم پاکستان

دل کی گم ہوائیوں سے نیکی روحانی گفتگو

عبداللہ کی موت پر کتنے جانوروں کی قربانی کرنا سنت ہے؟ کیا دوسروں کی طرف سے قربانی کی جا سکتی ہے؟

حضرت انس بن مالک سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ دو بیٹھوں کی قربانی فرماتے تھے اور میں بھی دو بیٹھوں کی قربانی کرتا ہوں۔ (صحیح بخاری، حدیث 5233) باب فی اضمیئہ النبی ﷺ دوسروں کے لیے قربانی کرنے کے حوالے سے ایک روایت میں حضرت عائشہ سے مروی ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے ایک ایسے دے ہوئے

مب سے آخر میں آئے گی۔ حج زندگی میں ایک بار صاحب استطاعت پر فرض ہے تو کیا دوسرا اور تیسرا حج فرض شمار ہوگا یا علی عبادت؟ ہم سب پر دن میں پانچ نمازیں فرض ہیں۔ جو آدمی تہجد پڑھتا ہے وہ اللہ کے بہت قریب ہوتا ہے۔ جو اشراق پڑھتا ہے وہ اور بھی زیادہ قریب اور جو ہر وقت اللہ کو یاد کرتا ہے وہ اُس سے بھی زیادہ قریب ہوتا ہے۔

## اگر توفیق کی صورت میں ایک سے زیادہ بار حج کیا جاتا ہے تو وہ شخص اللہ کو بہت پسند ہوگا

کرنے کا حکم دیا جس کے پاؤں پیٹ اور آنکھوں کے آس پاس کا حصہ سیاہ تھا۔ وہ آپ ﷺ کی خدمت میں پیش کیا تو آپ ﷺ نے فرمایا "اے مالک! چھری لے کر آؤ۔" پھر آپ ﷺ نے فرمایا "اسے پتھر کے ذریعے تیز کر دو۔" میں نے ایسا ہی کیا۔ پھر نبی اکرم ﷺ نے وہ چھری لی اور فرمایا اسے لٹایا اور ذبح کر دیا۔ آپ ﷺ نے یہ کہا:

"اللہ کے ہم سے برکت حاصل کرتے ہوئے (میں ذبح کرتا ہوں)۔" اسے اللہ اور محمد ﷺ، آل محمد ﷺ اور اُسے محمد ﷺ کی طرف سے اسے قبول کر لے۔" پھر نبی اکرم ﷺ نے اس کی قربانی کی۔

(صحیح مسلم، حدیث نمبر 1967، باب استحب الضحیٰ بوجہ ما بشر) ہم میں سے وہ لوگ جو صاحب استطاعت ہیں، اگر پسند کریں تو اس سنت پر عمل کریں۔ اگر سنت سمجھ کر یہ حکم کیا تو اس کا ثواب ملے گا۔ قربانی کا ثواب تو ہے ہی۔ ساتھ سنت کی ادائیگی کا ثواب بھی شامل ہو جائے گا۔ عاودا زیں ہمارے کہیں بھائی جو نہایت مسکین و محتاجوں کا پھر جو ہر ہوتے ہوئے بھی اپنی نبی دینی کے باعث قربانی کرنے کی استطاعت نہیں رکھتے، جب ہم ان کی جانب سے اللہ کی راہ میں قربانی کریں گے تو اللہ کا راز یہی بہت پسند آئے گا۔

حقوق العباد کے حوالے سے یہ سوال ہے کہ اس عہد کی کے دور میں حج پر تم خرچ کرنے کے بجائے خرچہ خرچ کر دیا جائے تو؟

حج فرض عبادت ہے ان تمام لوگوں پر جو استطاعت رکھتے ہیں۔ غیرات بھی عبادت ہے۔ علی عبادت کے لیے ہم فرض عبادت کو قیام نہیں کر سکتے۔ اس لیے فرض سب سے پہلے، پھر واجب اور نفل عبادت

اگر توفیق کی صورت میں ایک سے زیادہ بار حج کیا جاتا ہے تو وہ شخص اللہ کو بہت پسند ہوگا۔

ادوی الحج کے دنوں کی کیا اہمیت ہے؟ جس طرح ماہ رمضان کے بارے میں روایت ہے کہ یہ تمام مہینوں کا سردار ہے اسی طرح آپ ﷺ کے فرمان کے مطابق ماہ ذی الحجہ کے ابتدائی دس دن تمام دنوں کے سردار ہیں۔ جو مسلمان ذی الحجہ کے پہلے عشرے میں روزہ رکھتا ہے، تو ہر روز کے بدلے میں رب تعالیٰ اسے ایک سال کے روزوں کے برابر ثواب بخشنے دیتا ہے۔ اسی طرح پہلے عشرے کی راتوں میں کی گئی عبادت کا اجر بھی بے حساب ہے۔ ہر رات کی عبادت کا ثواب ایک سال کی عبادت کے برابر ہے۔ یہ وہی دس دن ہیں جن میں حضرت آدم علیہ السلام نے اپنی خطا کا اقرار کیا تھا اور اللہ سے معافی کے طلب گار ہوئے تھے۔ انہی دس دنوں میں حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اپنے توکل کا اظہار کیا اور فرمایا تھا کہ اپنے لڑکے کو ذبح کی راہ میں قربانی کے لیے پیش کر دیا۔ انہی دس دنوں میں حضرت ابراہیم علیہ السلام اور حضرت اسماعیل علیہ السلام نے خاندان نبوی کے تہذیب شروع کی تھی۔ ایک روایت کے مطابق قرآن پاک کا نزول بھی انہی دس دنوں میں شروع ہوا تھا۔ عموماً آپ ﷺ ان دس ایام میں عبادت کی طرف بے پناہ راغب ہوتے۔

## آپ ﷺ کے فرمان کے مطابق ماہ ذی الحجہ کے ابتدائی دس دن تمام دنوں کے سردار ہیں

ذی الحجہ کے پہلے عشرے کی فضیلت کا اندازہ اس بات سے لگایا جا سکتا ہے کہ آپ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر، و احسن میں بہت سی کوٹیاں تھیں لیکن وہ ذی الحجہ کے ابتدائی عشرے میں روزے رکھتا تھا۔ آپ ﷺ نے اس سے اس کی وجہ دریافت فرمائی تو اس نے عرض کیا "یا رسول اللہ ﷺ! مجھ میں بے پناہ خامیاں ہیں اور میں کوئی نیک عمل بھی نہیں کر رہا لیکن چونکہ یہ حج کے دس دن ہیں، ان میں یہ سوچ کر روزے رکھتا اور عبادت کرتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ مجھے بھی ان عبادت گزار حاجیوں کی عبادت میں شریک کر لے۔" آپ ﷺ نے فرمایا "اگر تمہاری یہ عبادت ہے تو یاد رکھو کہ رب تعالیٰ تمہارے ایک روزے کا ثواب ایک سال کے روزوں کے برابر عطا فرمائے گا اور ایک رات کی عبادت کا ثواب ایک سال کی عبادت کے برابر ہے۔"

آپ ﷺ ماہ ذی الحجہ کی ابتدائی دس راتوں میں ان خصوصیتوں میں بیداری فرماتے تھے کہ اپنے خاندان کو بھی ان راتوں میں عبادت کے لیے بیدار رکھتے تھے۔ یہاں یہ بات یاد رکھنا ضروری ہے کہ جب ہم ذی الحجہ کے پہلے عشرے کی عبادت کا ذکر کرتے ہیں تو اس سے مراد ابتدائی دنوں اور دس راتیں ہیں۔

آٹھ دن تو سال کی عبادت کے برابر ہیں لیکن عہد کا دن بھی خاص اہمیت کا حامل ہے۔

عہد کے دن روزے کا ثواب دس سال کے روزوں اور زندگی رات کی عبادت کا ثواب دو سال کی عبادت کے برابر ہے۔ جن لوگوں کو اللہ توفیق دے، وہ اگر عہد کی شب اللہ کے حضور سجدہ ریز ہوں اور اس کی حمد و ثنا کرتے رہیں تو پوری امید ہے کہ رب تعالیٰ ان پر اپنی رحمتیں نازل فرمائے گا اور وہ اللہ کے قریب ہو جائیں گے۔





WWW.PAKSOCIETY.COM

# CITIZEN

Innovative | Durable | Comfortable



## پلاسٹک فرنیچر انڈسٹری میں Pioneer

جس کی جدت، پائیداری اور منفرد Design آپ کے Life Style کو بنائیں دلکش اور آرام دہ، Citizen کی مقبولیت کے پیش نظر بہت سے اور نام بھی اس میدان میں آنے لیکن کوئی بھی Citizen کے معیار اور مہارت کو نہ چھو پایا کیونکہ Citizen نہ صرف اپنے معیار کو برقرار رکھایے بلکہ تیزی سے مہارت کی بلندی کی جانب گامزن ہے اور کیوں نہ ہو ہماری منزل آپ

کی زندگی کو آپ کی بسند کے مطابق بہتر





Special  
کوکب

## ہنر پریت سینڈویچ



### ترکیب

- ہینٹ پرنگ، کافیا مرچ، پوکا راور، لہو، کانس کا کریم، کھن میں فراوانی کر لیں۔
- **DAWN** برڈ سلائر کو پکا سائوسٹ کر کے اپونیز لگا لیں۔
- ایک **DAWN** سلائر پر آئس برگ اور ہینٹ سلائس، کھیں۔
- دوسرا **DAWN** سلائر اوپر رکھ کر ہینٹ سلائس اور ٹماٹر رکھ کر ٹھہرا **DAWN** سلائر رکھ لیں۔
- کچھ اور سوس کے ساتھ سرو کریں۔

### اجزاء

- |                            |                       |
|----------------------------|-----------------------|
| 3 عدد :                    | <b>DAWN</b> برڈ سلائس |
| 1/2 کلو (سائوسٹ ڈال لیں) : | ہینٹ                  |
| 1 عدد (سائرس) :            | ٹماٹر                 |
| پندرہپچے :                 | آئس برگ               |
| 1 کھانے کالج :             | کھن                   |
| 1 کھانے کالج :             | لہو کانس              |
| 1 کھانے کالج :             | ٹماٹر                 |
| حسب ذائقہ :                | ٹمک، کالی مرچ پاؤڈر   |







# Chalkey Rahein, Aagey Barhtay Rahein!

Dawn Vitamin Enriched Bread is the only bread with the Essential Vitamin Mix that promises a daily dose of health. It contains the strength of extra Calcium, Vitamins, Folic Acid and Iron. These give you and your family a healthy spring to your step, all day long.



[www.dawnbread.com](http://www.dawnbread.com)

[twitter.com/dawnbread](https://twitter.com/dawnbread) Like us on



## کرپسی برگر

Special  
کوکب



### ترکیب

- آئل میں 1/2 چمچ مینا ذبہ فرائی کر لیں۔
- برگر بن پر مایو تیز پھلا لیں۔
- ایک حصے پر سلاڈ پٹا بچھا لیں اور پر تیز سلاڈس رکھیں۔
- اب فرائیڈ 1/2 چمچ مینا رکھ کر دوسرا تیز سلاڈس رکھیں۔
- دوسری 1/2 چمچ مینا رکھ کر بن کے دوسرے حصے سے ڈھانپ دیں۔
- فریش کر دیں۔

### اجزاء

- |                  |           |
|------------------|-----------|
| 1 عدد :          | برگر بن   |
| 2 عدد :          | چکن ٹیٹا  |
| 2 عدد :          | تیز سلاڈس |
| 2 عدد :          | سلاڈ پٹا  |
| 2 کھانے کے چمچ : | مایو تیز  |
| 1 فرینگ کے لیے : | آئل       |







100% پیور پلاسٹک

**NEW METRO CHAIR**

Ⓢ **V-888**



Ⓢ **V-777**

**NEW MAKRO CHAIR**

مضبوطی اور آرا سہ ساتھ

**HAIDER ELECTRICAL INDUSTRY**

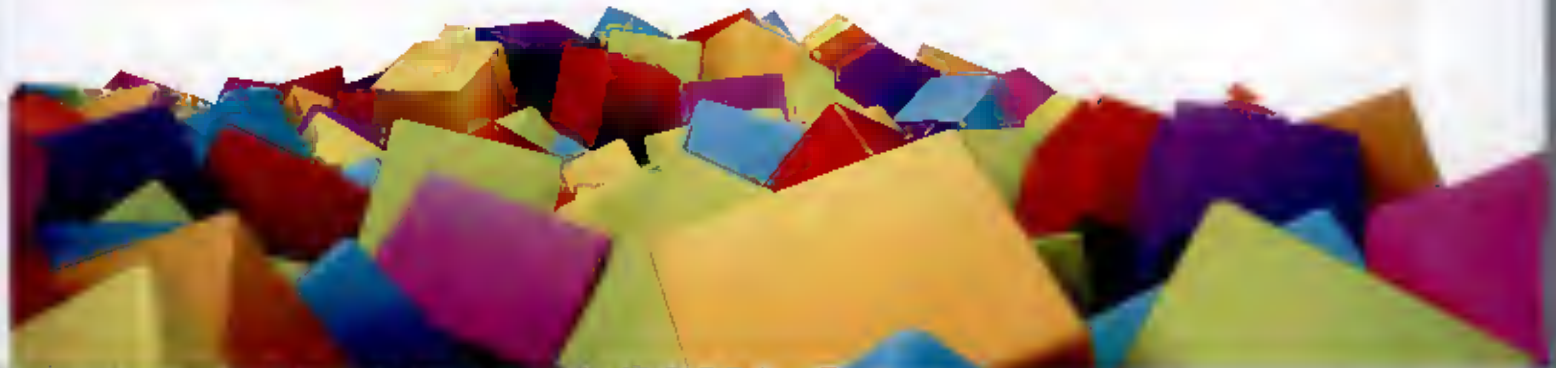
51-A, S.I.E. No.1, G.T. Road, Gujranwala-Pakistan.

Ph: +92-55-3850037-3253770-76 (7Lines) 3255257

Fax: +92-55-3859359, e-mail: hei@brain.net.pk

[www.venusplastic.com](http://www.venusplastic.com)

[hei@brain.net.pk](mailto:hei@brain.net.pk)





## لاہوری چانپ

### اجزاء

3-4 عدد :	میسر چینی
1 کھانے کاجی :	مسن بیسٹ
2 کھانے کجے :	سویا برس
1 کھانے کاجی :	دو چھترناڑوسوں
2 کھانے کجے :	اولیو تیل
1 کھانے کاجی :	لبوں کا رس
1 کھانے کاجی :	خام (ہڈی)
حسب ذائقہ :	نمک، کالی مرچ، پاؤڈر
فریٹنگ کے لیے :	مکھن

### ترکیب

- پڑنا کے علاوہ تمام اجزاء ہاڈل میں کس کر لیں۔
- پڑنا میں شامل کر کے اچھی طرح کوٹ کریں۔
- اب ایک گھنٹے کے لیے پڑی رہنے دیں۔
- گرل کو فیروزہ جہا امت پر گرم کر لیں۔
- پھر چوبیس گرل کریں، ہر ساڑھے تھوڑے یا چار منٹ کے لیے گرل کریں۔
- مکھن گرم کر کے چوبیس فریٹ کر لیں۔
- گرم گرم پڑنا اور بیسٹ جڑوسوں کے ساتھ سرور کریں۔



## توا کیجی

### اجزاء

1 کلو :	تھنی
1 عدد (ہڈی) :	پیاز
4 عدد (ہڈی) :	بری مرچ
3 عدد (ہڈی) :	نماڑ
1/2 پائے کاجی :	بادلی
1 پائے کاجی :	نہنی اور ٹنگی کالی مرچ
1 پائے کاجی :	چٹنا اور ٹنگا، برہ
1 پائے کاجی :	چٹنا اور ٹنگا خشک، رحنیا
1 پائے کاجی :	سرخ مرچ، پاؤڈر
1 کھانے کاجی :	نصوری پھٹی
1 کھانے کاجی :	مسن چوں
2 کھانے کجے :	اورک، مسن بیسٹ
1 چمچ بھر :	گرم مصالحے پاؤڈر
1/2 چمچ (ہڈی) :	بڑا دھنیا
حسب ضرورت :	آئل
حسب ذائقہ :	نمک

### ترکیب

- تھنی کو اورک، مسن بیسٹ، بادلی، سرخ مرچ، پاؤڈر، نماڑ، برہ، خشک رحنیا، ٹنگی کالی مرچ، گرم مصالحے پاؤڈر، پیاز، نمائے، مسن چوں، نمک، آئل کا کر 30 منٹ کے لیے رکھ دیں۔
- پھر زے پر تھوڑا سا آئل گرم کر کے تھنی کو مصالحے سمیت پکائیں۔
- اب نصوری، پھٹی، آئل کرنا پکائیں، تھنی میں پکائی جائے۔
- نماڑ، زے، بڑا دھنیا، اور، ہرنی، مرچ سے گارنش کر کے سرور کریں۔









کوکب  
ڈھابا گوشت

اجزاء

سنن / بچ	: 2 پلاکوں (بھس)
آئل	: 1/2 کپ
ٹماٹو پیوری	: 1/2 کپ
دہی	: 1/2 کپ
بجٹ کیوب	: 1 ماہرہ
پازہ	: 2 عدد (بھس کاٹ لیں)
تیز پات	: 2 عدد
مشروم	: 20 عدد (بھس کاٹ لیں)
کاجر	: 2-1 عدد (بھس کاٹ لیں)
لہسن	: 3 جڑے (بڑے)
خاتم لیز (بڑے)	: 1 کمانے کاجج
لہسن زیت	: 1 کمانے کاجج
ڈٹا	: 2 کمانے کے کجج
(فروت سے اپنی ڈیگر لیں)	
کبوں کاوس	: 2 کمانے کے کجج
براد (جبلہ)	: 2 کمانے کے کجج
نمک	: حسب ذائقہ
کالی مرچ پاؤڈر	: حسب ذائقہ

ترکیب

- سنن / بیٹ کوکب اور کالی مرچ پاؤڈر لگا کر رکھ دیا۔
- آئل گرم کر کے سنن / بیٹ فرانی کر دیا۔
- خاتم اور تیز پات بھی شامل کر دیں۔
- خود سے آگ میں ڈال دیا، پازہ مشروم، بچے فرانی کر کے گوشت میں شامل کر دیا۔
- کبوں کاوس خود اساپانی اور بیٹ کیوب ڈال کر مزہ چکا گیا۔
- انار اور ٹماٹو پیوری ڈال کر کجج چلائے ہوئے چکا گیا۔
- اب اپنی اجزاء ڈال کر کجج آجج بڑھاکہ کر 2-3 گھنٹے پکے دیں۔
- پکانے کے دوران وغیرہ وغیرہ سے نیچے سے ہاتھ لیں۔
- تیار ہونے پر ہر اہمنا چمک کر سرد کر لیں۔







اتنا شکر اٹھانا تو رگڑا

طاقتور جھاگ، ڈھلائی لاجواب



پراچہ کیمیکل انڈسٹریز



آفس: P.88/2 گول صابن والا فیصل آباد. پاکستان فون: (92-41) 26 22 671

فیکٹری: جھنگ روڈ سدھار. فیصل آباد. پاکستان فون: 47.8 80 255 (92-41) فیکس: 58 88 (92-41)



# ساؤجی مٹن کری

## اجزاء

- مٹن : 1 کلو  
 میری ٹیشن کے لیے  
 بامنی : 1/2 چائے کا چمچ  
 زبرہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ  
 دہی ٹھیل آئل : 1 کھانے کا چمچ  
 نمک : حسبہ اوائل  
 ساؤجی مصالحہ پیسٹ کے لیے  
 دہی ٹھیل آئل : 2 کھانے کے چمچ  
 پیاز : 1/2 عدد (سائز 1.5 اینچ)  
 لونگ : 1 چائے کا چمچ  
 کالی مرچ (بیت) : 1 کھانے کا چمچ  
 بڑی الائچی : 1 کھانے کا چمچ  
 خشک شمشاد : 1/2 کھانے کا چمچ  
 کوکوٹ (کڑواہٹ) : 1/2 کپ  
 رارینج : 2 درجے کا کلو

## کری کے لیے

- دہی ٹھیل آئل : 2 کھانے کے چمچ  
 پیاز : 1 عدد (سائز 1.5 اینچ)  
 نیزیات : 3-4 عدد  
 اورک لیسن ہیٹ : 1 کھانے کا چمچ  
 بامنی : 1 چائے کا چمچ  
 سرخ مرچ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ  
 گرم مصالحہ : 1/2 چائے کا چمچ  
 پانی : 1/2 کپ

## تقریب

- میری ٹیشن کے اجزاء ہمیں کر کے مٹن پر چھائیے اور اڑتے دیکھتے تک پکارتے ہیں۔
- ساؤجی مصالحے کے لیے آئل گرم کریں۔
- اب اس میں پیاز براؤن کریں۔ پھر لونگ، کالی مرچ، بڑی الائچی، الائچی، خشک شمشاد ڈال کر بھجھیں۔
- کوکوٹ ڈال کر 2-1 منٹ مزید بھجھائیے آئل پر بھجھیں۔
- پھر چولہے سے تیار کردہ خشک اورک لیسن ڈال کر بھجھیں۔
- کھانے کے لیے آئل گرم کر کے پیاز براؤن کریں۔
- پھر پانی کے علاوہ باقی اجزاء ڈال کر بھجھیں۔
- 1-2 منٹ پانی شامل کر کے 1-2 منٹ پکارتے ہیں۔
- پھر ساؤجی مصالحہ اور میری ٹیشن کبابو مٹن ڈال کر اچھی طرح بھجھیں کریں۔
- کھانے پر 15-20 منٹ مزید پختے دینا۔
- تیار ہونے پر چولہے سے اتار لیں۔
- گرم گرم سہا کرنا۔

Free Delivery Available NOW



Chef KOKAB'S All The Favorite Recipes







Inspired by Nature

**Brighto**  
PAINTS


آسائش کے دلکش رنگ  
پیشی ہیں پریمیئم ایکریلک پیینٹس اسٹریلنگ  
گولڈ اور سلور

**Brighto**

STERLING  
**SILVER**  
LUXURIOUS FINISH

**Brighto**

STERLING  
**GOLD**  
LUXURIOUS FINISH

 [brighto.paints](https://www.facebook.com/brighto.paints)

Toll Free:  **08000 1973**

[www.brightopaints.com](http://www.brightopaints.com)

Estd. 1860




MURREE BREWERY

ISO 9001, 14001, HACCP & OHSAS  
Certified Company

Every Sip... Extra Pleasure!  
Murree Brewery Malts



 /MurreeBrewery | [www.murreebrewery.com](http://www.murreebrewery.com)



MAKE it  
**POSSIBLE**



*Impulsive? No!  
Passionate? Yes!*

## HUAWEI *MediaPad* 7 Youth 2

*Right on! Youth power!*

**Slimmer:** Silver metal unibody ultra-light experience

**Faster:** Powerful Quad-core 1.2GHz processor & 1GB RAM for high speed experience

**Clearer:** 7" WSVGA ultimate experience

**3G Tablets:** Voice Call Enabled



Rs. 17,499/-



Rs. 15,499/-



Rs. 14,499/-



Huawei Official Partner  
1 Year Warranty by



facebook.com/HuaweiPakistan

consumer.huawei.com  
**WWW.PAKSOCIETY.COM**

STARCREST



شیف مدھر Special

Special عیالاضحیٰ

# بیف اینڈ ڈیمپلنگ سوپ

## اجزاء

بیف	:	3 پاؤ
پیاز	:	اعدہ (کاتیں)
گاجر	:	اعدہ (سائز سے نہیں)
شالیم	:	اعدہ (کاتیں)
تیز پات	:	اعدہ
تعمیر گرم مصالحہ	:	اچانے کالج
مارچرم	:	اچانے کالج
پانی	:	6 کپ
نمک	:	حسب ذائقہ

## ڈیمپلنگ کے لیے

آلو	:	5 عدد (پالیں)
انڑا	:	اعدہ
بوتھ	:	1 کپ
سبز	:	1 کپ
نمک	:	حسب ذائقہ

# بیکڈ ڈیمپنگن

## اجزاء

ڈیمپنگن (پلے)	:	4-5 عدد
انڈا (روٹی)	:	2 عدد (پھینٹیں)
برفنا پیاز	:	1 عدد (کاتیں)
سرخ مرچ	:	4 عدد (1 بیکڈ نہیں)
کیسہ شوگر	:	1 کھانے کالج
تیل	:	1 کھانے کالج
لیموں کارن	:	3 کھانے کے کالج
بیف اسٹاک	:	1 کپ
چلی سون	:	1/2 کپ
سن ٹلاو آئن	:	حسب ضرورت
نمک	:	حسب ذائقہ

## ترکیب

- اوون کو 200°C پر گرم کر لیں۔
- وین میں اسٹاک، چلی سون اور لیموں کارن بکلی آج پڑا لیں۔
- پھر اس میں بیٹکن اور آئن کے سٹارو قیام جزا بکس کر کے پکا لیں۔
- کسٹروڈ کی طرح گاڑھا کسٹروڈ بوجاے ڈاوا تار لیں۔
- بیٹکن زہبان سے کٹ کر چھرفا کی عدد سے گوڈے میں کٹ لگا لیں اور تیار کسٹروڈ بھرن لیں۔
- بھرن پٹارو آئل سے بھرن کر لیں۔
- ہلکے ڈرے میں رکھا کر 20-25 منٹ کے لیے بیک کر لیں۔
- اوون سے نکال کر مزید ہرنکا پیا، مرچ اور سن چھرنکیں اور 2-3 منٹ کے لیے گرل کر لیں۔
- گرم گرم ہرن کر لیں۔



## ترکیب

- پانی میں بیف، پیاز، گرم مصالحہ، تیز پات، شالیم، گاجر، مارچرم اور نمک ڈال کر بکلی آج پڑا لگھنا پکا لیں۔
- جب گوشت بکلی جاتے تو نکال کر بڑیاں اور نمک کر لیں اور گوشت واپس سوپ میں ڈال دیں۔
- ڈیمپنگن کے لیے آؤٹس کرن اور ان میں انڈا اور بوتھ مہرہ اور نمک کس کر کے ڈاوا تار کر لیں۔
- ڈوڈے چھرنے بازنہ کر بکلی کی رو سے سوپ میں آرام سے بھرن اور 10-15 منٹ تک بکلی آج پڑا لیں۔
- گرم گرم ہرن کر لیں۔











شیف مدھر جعفر

**anhaar**

## اسپاؤسی بیف رکا

اجزل

میری نیشن کے لیے

- 2 کمانے کے کچے کبوتہ آؤٹ
- 1 چائے کائچ سبزی آؤٹ
- 3 کمانے کے کچے چلی سوں
- 2 جوسے (پو) لہسن
- 11% کائچ (پو) اورک
- 1/4 کپ نمک
- حسب ذائقہ کالی مرچ (گنی بولی) : حسب ذائقہ

- 1/2 کپ (کھ) : یون لہسن ہفت
- 1/4 کپ : پائے اپیل پشکس
- 1/4 کپ : پیاز (کھ)
- حسب ضرورت (تازہ بننے کے لیے پائے پشکس) : ڈائن اسکیمرز

### ترکیب

- میری نیشن کے تمام اجزاء کس کر لیں۔
- اب بہت خالی کر کے رات بھر کے لیے، ہلکے پھلکے ہلکے رکھ دیں۔
- پھر اسکیمرز میں پائے اپیل، پیاز اور ہفت کیو پز پر ڈکر 375°F پر گرل کر لیں۔
- تیار ہونے پر anhaar تازہ بننے کے ساتھ سرو کر لیں۔

pure wholesome goodness *For real.*

اب پینہ اور زیر سے  
انہار رکا کیلئے تیار





REMOVES TOUGH STAINS

IN HALF TIME

NEW & IMPROVED



\*tested under lab condition on selected fabrics and stains vs. Ordinary detergent





REMOVES TOUGH STAINS

IN HALF TIME

NEW & IMPROVED



Treated under lab conditions on selected fabrics and stains Vs. Ordinary detergent



## کشمیری کوفتہ پاستا

### اجزاء

#### کوفتوں کے لیے

- منہا/چٹ نمبر : ۱ کلو
- گارنٹ (ٹماٹر، پیاز) : ۱/۲ کپ
- شٹاؤش : ۱/۲ کپ
- اوبک بسن بیٹ : ۱ کھانے کائچی
- سرخ مرچ پاؤڈر : ۱/۲ کھانے کائچی
- انڈا : ۱ عدد (ہوٹ لیس)
- ٹماٹر : ۲ عدد
- برنی مرچ : ۳-۴ عدد
- پیاز : ۲ عدد
- نمک : حسب ذائقہ
- زکن : فراٹنگ کے لیے
- برادھنیا : گارنٹنگ کے لیے

#### گریوی کے لیے

- برنی مرچ : ۱ عدد (چوڑا)
- ٹماٹر : ۲ عدد (چوڑا)
- لیبوں کارس : ۱ کھانے کائچی
- ادلیوٹل : ۲ کھانے کائچی
- سرخ مرچ پاؤڈر : ۱/۲ کھانے کائچی
- اوبک بسن بیٹ : ۲ کھانے کائچی
- نمک : حسب ذائقہ
- سرونگ کے لیے
- پاسٹا (ڈال لیس) : ۱ کپ

### ترکیب

- ♦ کوفتوں کے اجزاء میں سے پیاز، ٹماٹر اور برنی مرچ گرانڈ کریں۔
- ♦ اب تمام اجزاء نیچے میں اچھی طرح کس کر کے آؤ سے گیتے
- ♦ کٹے لیے رکھ دیں۔
- ♦ پھر لیبوں کے سائے کے کوفتے بنا کر گرم آٹن میں ڈیپ فرائی کریں۔
- ♦ گریوی کے لیے آٹن گرم کر کے اس میں اوبک بسن بیٹ سائے کریں۔
- ♦ ٹماٹر ڈال کر گس چائے تک پکا لیں۔
- ♦ اب باقی اجزاء ڈال کر ۳-۵ منٹ پکا لیں۔
- ♦ ڈال میں پاسٹا لیس فراٹنگ کرنے رکھ کر اوپر جا کر گریوی ڈال دیں۔
- ♦ فریش سرو کریں۔



REMOVES TOUGH STAINS

IN HALF TIME\*

NEW & IMPROVED



\*Effect under the condition on selected fabrics and stains vs. Ordinary detergent

# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو م ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✦ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو ایسے کمانے کے لئے شرک نہیں کیا جاتا

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

← ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

← ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](https://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](https://twitter.com/paksociety1)





From the House of  
Galaxy Biscuits  
South Africa



# Biscuits & Wafers <sup>With</sup> Absolute Purity & Freshness



M A Food Industries (Pvt.) Ltd. 5 km Arifwala Road, Sahiwal, Pakistan.  
| Ph: 0092 4044 60680-7 | Fax: 0092 4044 60688 | [www.bakersland.com.pk](http://www.bakersland.com.pk)



# بدل ڈالئے اپنی قسمت



گوری رنگت کے لئے اب دو نہیں صرف ایک!  
لیڈز واٹکنگ کریم میں موجود وٹامن B اور لائیو بیچن وے صرف 5 دن میں نکھری رنگت اور داغ  
دھبوں، چھائیوں سے مکمل چھٹکارا۔ رات کو سونے سے پہلے چہرے کو خشک کر لیں اور غولڑنی سی  
مقدار میں لیڈز واٹکنگ کریم چہرے پر اپ کریں۔



0321-5510258 رابطہ کیجئے





شیف انسامہ Special

BBO Special

## دھواں کباب

### اجزاء

1/2 کلو :	مٹن فیر
1 کپ :	فراہینڈ چاز (پہنڈا)
5-6 برے :	لیسن
1 چائے کلو :	اورک پیسٹ
3 کھانے کے کچ :	براونینا (پہنڈا)
4-5 عدد :	ٹائٹ سرخ سرخ
1 چائے کلو :	ز پر پاؤڈر (پہنڈا)
1/2 چائے کلو :	دھنیا پاؤڈر
1 عدد (بہت لمب) :	انڈا
حسب ذائقہ :	نمک
حسب ذائقہ :	کالی مرچ پاؤڈر
حسب ضرورت :	آئل

### ترکیب

- ٹائٹ سرخ سرخ اور لیسن کما سکیز میں پہنڈا کر تیز آگ پر سینگ لیں۔
- پھر لیسن چھیل کر سرخوں کے ساتھ ہی ٹوٹ لیں۔
- نیچے میں بنام ایزوا شامل کر کے آہنی طرح کس کر لیں۔
- اب اسکیزز پہنڈا کر ایک گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ لیں۔
- چبن میں آئل گرم کر کے کباب ٹیلے فرونی کر لیں۔
- پھر ڈال کر تیز آگ پہنڈا 2-1 منٹ کے لیے سینگ لیں۔
- سلاوا اور سوس کے ساتھ سرو کر لیں۔



## بغدادی کباب

### اجزاء

1/2 کلو :	چینٹ فیر
1 ماہر (پہنڈا) :	نار
2 عدد (زیادہ نم لیں) :	برنی چاز
2 عدد (بہت لمب) :	انڈا
2-3 عدد (پہنڈا) :	برنی سرخ
1/2 کھنسی (پہنڈا) :	براونینا
1 چائے کلو (پہنڈا) :	ٹائٹ وسطیا
1 چائے کلو :	انڈا (بہت لمب)
1 چائے کلو :	سوساوس
1 چائے کلو :	ٹیلی سوس
1 چائے کلو :	ریڈ چلی ٹیکس
1 کھانے کلو :	لیسن کازس
حسب ضرورت :	آئل
2 عدد (آئل ہلکا کر لیں) :	بر پڑ سلاخیں
حسب ذائقہ :	نمک

### ترکیب

- پانی میں نمک شامل کر کے چینٹ فیر بنا لیں۔
- اب چینٹ میں آئل کے علاوہ بنام ایزوا کس کر کے پائسا کر لیں۔
- پھر ان کے کباب بنا کر ایک ہڈ میں پہنڈا لیں۔
- گرل چبن میں ٹھنڈا سا آئل لگا کر کباب گرل کر لیں۔
- گرم گرم کباب مانا اور کباب کے ساتھ سرو کر لیں۔







شیف اسامہ Special

BBO Special

## جوسی بیف اسکیمورز

### اجزاء

1/2 کلو (1/2 کلو کے کریمت میں)	بون لس، ہنسا سبک
1 چائے کاجھی	کالی مرچ پاؤڈر
1 اندر (1 کلو میں)	شمس مرچ
1 اندر (1 کلو میں)	ہوا
حسب ضرورت	ڈائن اسکیمورز

(اے سے نکتے کے لیے پاؤڈر میٹروں)

### جوسی سویس کے لیے

1/4 کپ	لبوں کا رس
1 کھانے کاجھی	اور پکوانو (چرچہ)
1 کھانے کاجھی	ہرا و سنبا (چرچہ)
2 کھانے کاجھی	اور ڈرائل
1 چائے کاجھی	زرد پاپاؤڈر
1 چائے کاجھی	سین پیسٹ
1 چائے کاجھی	نمک

### ترکیب

- سویس کے تمام اجزاء باڈل میں مکس کر لیں۔
- بہت پرکالی مرچ پاؤڈر اور سویس کا 2 کھانے کے لیے رکھ دیں۔
- اپ بہت، پاؤڈر شمس مرچ کو اسکیمورز میں پروڈر 3-4 منٹ تک دونوں طرف سے گرل کر لیں۔
- بنا رہنے پر بریڈ کے ساتھ سرو کر لیں۔







# Tikka Masala Irresistible!



A.R. FOODS (PVT) LTD.  
32-33 Industrial Triangle Estate, Kahuta Road, Humak, Islamabad, Pakistan.  
Tel: +92 51 4490471-4 (4 Lines) Fax: +92 51 4491117  
e-mail: arf@arfoods.com.pk www.arfoods.com.pk



SHOP ONLINE  
<http://arffoods.com.pk>

**FOR RECIPES**  
Type <Phool>  
send SMS to **8227**



# کوفتہ کباب

شیف اسامہ Special



BBO  
Special

## ترکیب

- ہاتھوں کی مدد سے ذرا مہم 1.77، نیچے میں اچھی طرح مکس کر لیں۔
- اب اس کی 6-8 بار بنا کر ایک گھنٹے کے لیے فridge میں رکھ دیں۔
- جہن میں آئل گرم کریں اور بارش بارش بازر کو فرائی کرنے جائیں۔
- تیار ہونے پونچھ ٹکس میں پرہ کر سہا کریں۔

## اجزاء

1/2 کلو	: بھت نمہ
2 کھانے کے چمچ	: سو پاوس
1 کھانے کا چمچ	: او لیز سوس
1 کھانے کا چمچ	: اورک لیسن پیسٹ
1 چائے کا چمچ	: زبرد (1/2)
1/2 چائے کا چمچ	: دارقین پاڈر
3 عدد (1 کٹ میں)	: الائچی
1/2 گھنٹہ (پونچھ)	: برادھنا
1 عدد (1 کٹ میں)	: ہریا پیاز
حسب ذائقہ	: نمک
حسب ذائقہ	: گھی کا لی مرغ
فرائنگ کے لیے	: دیہی نیشنل آئل

رشتہ تیار ہونے کے بعد ٹکس میں پونچھ کر پھینک دیں۔  
ڈش کی ٹاپنگ کریں۔ اس سے پریزنٹیشن کے ساتھ ساتھ ذائقہ بھی بہترین آئے گا





*Just Perfect*

# کیا آپ چاہتے ہیں ٹینڈر، جوسی اور چمٹ پٹا باربی کیو؟

تو آپ کے لیے ہے شان باربی کیو ریسیپ



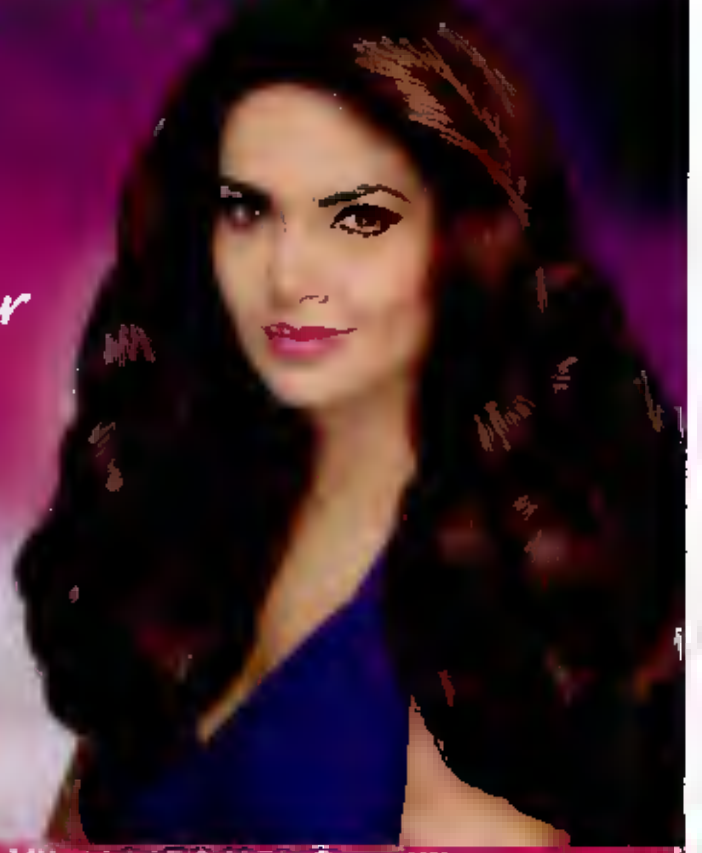
# Italiano®

Permanent Hair Colour Cream

- ✓ Gives strength to hair
- ✓ Soft and glossy hair
- ✓ Even coverage
- ✓ No greys

Colour Your  
Life

*Esha Gupta*



Nourishment for Hair With Silk Protein, Vitamin E & Hair Conditioner

\*Available in 10 Different Shades



دانتوں کے درد، مسوڑھوں سے  
خون آنا، ٹھنڈا گرم لگنا اور  
دیگر تکالیف کے لیے

10 پیرا بلیم  
1 حل



Dr. Atta-ur- Rehman  
Dental Surgeon

مریض کا بھروسہ ڈاکٹر پر

ڈاکٹر کا بھروسہ 25 سال سے میڈی کیم ڈینٹل کریم



لیں مزہ عید قرباں کا۔۔۔ کھا گئیں سب کچھ!

ہاشمی<sup>®</sup>  
اسپیغول  
کرے سب کنٹرول  
نہ معده خراب نہ کولسیٹرول





# فیش ٹا کو زود سالسہ

Low Cal Recipes

Special عید الاضحیٰ

سرونگ : 2  
کیلورج : 431



کیلورج	فیش کے لیے	کیلورج	اجزاء
125	فیش ٹلے : 150 گرام	6	لمبوں کارس : 2 کھانے کچھ
1	لمبن پیسٹ : 1/2 چائے کچھ	150	ٹوریلا : 2 عدد
3	لمبوں کا دھن : 1 کھانے کچھ	6	پنڈا (پنڈا) : 1/2 کپ
2	زیرہ پاؤڈر : 1/2 چائے کچھ	60	آپوکاڈو (پورے کیڑے) : 1/2 کپ
40	آئل : 1/2 چائے کچھ	27	آم (پورے کیڑے) : 1/2 کپ
0	حسب ذائقہ : حسب ذائقہ	11	ٹماٹر (پورے کیڑے) : 1/2 کپ
0	کالڈ کریم پاؤڈر : حسب ذائقہ	0	برادھنیا (چنے) : 1 کھانے کچھ

## ترکیب

- فیش پر تمام اجزاء ملا کر 15 منٹ کے لیے رکھیں، پھر دونوں طرف سے گرل کر لیں۔
- لمبوں کارس، پنڈا، گھی، ٹماٹر اور آپوکاڈو، آم اور برادھنیا کس کس کے ساتھ بنا کر رکھ لیں۔
- ٹا کو زود میں پیلے سالسہ ڈالیں، اور فیش ٹلے رکھیں۔ ٹماٹر اور سالسہ ڈالیں۔
- فریش سرو کر دیں۔

# Shape your Body

اور امارت دینے کے لیے Low Cal رہیں۔ آپ کے لیے ماون ٹائم ہوئی ہے۔ جیسا کہ اس کے ساتھ یہ بھی ذہن میں رکھیں کہ فیش ٹا کو زود سالسہ کا تیار کرنا نہیں۔ ڈائٹ کا بہترین طریقہ کارنو یہ ہے کہ کم پورٹن میں کھائیں۔ ساتھ ساتھ کھسرا سا اور جسمانی مشقت بھی کریں تاکہ کھانا ستم بھی ہو رہے ہے۔ آپ کی رہنمائی کے لیے کچھ ایسی چیزیں آکھیں ہیں جنہاں آپ کو جسمانی طور پر فٹ رکھیں۔

کولہاں اور جسم کے درمیان ہنسی کو سوزن اور مستحضر بنانے کے لیے روزوں پاؤں میں مذمے قاصد رکھ کر کھڑی ہو جائیں۔ روزوں پاؤں گردن کی پشت پر رکھیں۔ اب کھڑا کریں سے بائیں گول دائرے میں چھائیں۔ پھر دائیں طرف آسانی سے جتنا چھک سکیں، ہوا جھک جائیں۔ پھر بائیں طرف آسانی سے جتنا چھک سکیں، ہوا جھک جائیں۔ پھر دائیں طرف آسانی سے جتنا چھک سکیں، ہوا جھک جائیں۔



لذت اور صحت کا یقین



PS-221-2003 (R)



Pakistan Standards



A Project of

**Mahmood Agro Group**

**Hoor Oil Industries (Pvt) Ltd.**

Vahari Road, 17 Kassi, Multan.

Tel: 061-4550586, 6772912, 6781430 Fax: 061-6773629.









**Shamim Ghee Industry (Pvt.) Ltd.** Bahawalpur

Head Office: 6-B/2, Tipu Shaheed Road, Model Town, A, Bahawalpur

UAN: 062-111-266-277 Fax: 062-2887407





# Cook Books by our Star Chef's



پاکستان کے ماہر ناز



Available at Book Stores







# بسبوسا

## اجزاء

سوی	: 2 کپ	چینی	: 2 کپ
کھن	: 1/2 کپ	پانی	: 1 1/2 کپ
چینی	: 1/2 کپ	لیوں	: 1 عدد (دراہل میں)
دی	: 1/2 کپ	لیوں کے چھلکے (کے برے)	: 1 چائے کائچ
بیکنگ پاؤڈر	: 2 چائے کائچ	قرق کباب	: 1 کھانے کائچ
بادام	: 1/2 کپ (باہر کھل میں)		
دنیار سنس	: چند قطرے		
اٹلے	: 2 عدد		

# باندی بریانی

## اجزاء

چاول	: 1 1/2 کپ (بھرنے میں)	دار چینی	: 1 اونچ کائچ
مٹر	: 1/2 کپ	تیز پات	: 1 عدد
دی	: 3/4 کپ	دھنیا پاؤڈر	: 1 کھانے کائچ
پھول گوہی (دراہل میں)	: 1/2 عدد (کھل میں)	تھی، کوکٹنگ آئل	: 2, 4 کھانے کائچ
گوجی (دراہل میں)	: 1 عدد (1/2 کپ کے بڑے ٹکڑے میں)	پودینہ، ہرا دھنیا (بڑا)	: 2, 2 کھانے کائچ
لہاڑ (دراہل میں)	: 2 عدد (بڑا)	گرم مصالحہ، زبیرہ	: 1/2, 1/2 چائے کائچ
لوگ	: 2-3 عدد	لہسن اور ک پیسٹ	: 1 چائے کائچ
چناڑ (دراہل میں)	: 4 عدد	سرخ مرچ پاؤڈر	: 1, 1 چائے کائچ
بڑی مرغ	: 4-5 عدد (بڑا)	باندی پاؤڈر	: 1 عدد
بڑی الائچی	: 1 عدد	زعفران	: چند پٹے
بڑا الائچی	: 2-3 عدد	گہوڑا	: چند قطرے
فریش پیسز	: 10-15 عدد	نمک	: حسب ذائقہ

## ترکیب

- سیرپ کے لیے چینی، پانی، لیموں کا رس اور چھلکے ملکی آٹھ پر یکا کریں۔
- جب سیرپ تیار ہو جائے تو عرق گلاب کس کر کے چولہے سے اتار لیں۔
- سویا اور بیکنگ پاؤڈر کس کر کے چھان لیں۔
- کھن اور چینی کو پیسٹ کر لیں انڈے اور دھنیا سنس کس کر دیں۔
- اب اس میں سویا اور بیکنگ پاؤڈر کو آمیزہ شامل کر کے اتنا کھینیں کہ کیک بھرا جائے۔
- آخر میں دی کس کر دیں۔
- پھلے سے 170°C پر گرم اوون میں 30-40 منٹ تک بیک کر لیں۔
- اوون سے نکال کر گرم کیک پر آہستگی سے سیرپ ڈالیں اور ٹھنڈا ہونے دیں۔
- باداموں سے ڈائزنگ کر کے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

## ترکیب

- ایک پیاز کو چھ پر کس کر لیں جب کہ باقی تھن کے ساتھ سڑکاٹ لیں۔
- زعفران کو گہوڑے میں بھنک دیں۔
- ایک تھن میں 4 کپ پانی، نمک، سبز الائچی، بڑی الائچی، لوگ، دار چینی، تیز پات اور چاول ڈال کر بھالیں۔ ایک کئی رو بائیں تو آٹھ کر پانی نکال لیں۔
- دوسرے تھن میں گاجر، مٹر، گوہی اور سرخ پیسز 3 کپ پانی میں ڈال کر بھالیں۔ تھن چھانگیں گا کس کر آٹھ کے پانی نکالیں اور تازہ پانی ڈال کر بھالیں۔
- ایک کڑھی میں 2 کھانے کائچ کوکٹنگ آئل ڈال کر پیاز کے ساتھ سڑھائی کریں۔ گولڈن براؤن ہو جائیں تو ڈال کر چکن پیسز پر رکھ دیں۔
- ایک گرمے چھلے سے اگلے برتن میں چھلکے آئل گرم کر کے زبیرہ بھنیں۔ اس میں چھلے پیاز ڈال کر بھلی آٹھ پر گولڈن براؤن ہونے تک سڑھائی کریں۔
- اب اور ک پیسٹ اور بڑی مرغ شامل کریں۔
- دھنیا پاؤڈر، باندی، سرخ مرچ پاؤڈر اور دی ما کر اچھی طرح کس کریں۔ پھر لہاڑ شامل کر کے اتنا کھیں کہ آٹھ اوپر آ جائے۔ اب ایلنی سبزیوں اور نمک ڈال کر کس کریں۔
- ایک باندی میں سبزی کی پیسٹ لگا کر اوپر چاول ڈالیں۔ اس کے اوپر زعفران، گرم مصالحہ، دھنیا کے پیسے، پودینہ اور دھنیا پیاز اور گوہی کی پیسٹ لگیں۔
- اسی طرح تمام چاول اور مصالحہ جات ختم ہونے تک تھن لگا لیں۔ سب سے اوپر مصالحہ جات کی بھوئی چاہئے۔
- آٹھ یا بلیڈ پیسٹ تو آئل لگا کر دھنیں اچھی طرح بند کر دیں۔
- چھلے پر تو رکھ کر اس پر باندی رکھیں اور 20 منٹ تک بلی آٹھ پر دم پر رکھ دیں۔
- روٹی اور سارے کے ساتھ سوا کر دیں۔





KSUCHEB



YON



# Golden Pearl®

Beauty Forever



آپ جائیں جہر ٹھہرائے نظر



**Golden Pearl**  
Whitening  
Moisturizing Lotion

*be confident...*

Golden Pearl Cosmetics-Pakistan  
www.goldenpearl.com.pk  
E-mail: info@goldenpearl.com.pk



# دہی گھی

Fresh Pure Desi Ghee is Pure & natural source of Protein and vitality.

**Ingredients:** Pure Milk Fat

**Consumer Benefits:** Taste and hygiene guranted



Guarantee  
**100%**  
Pure

## قدرت کا بہترین تحفہ



### NEW FRIENDS DAIRIES

Available at

**METRO**

Hyperstar

4-km, Arif Road, Sahiwal-Pakistan

Ph: 040-4501056 Fax: 040-450086 Cell: 0302-3146897

Web: [www.freshpureghee.com](http://www.freshpureghee.com) email: [info@freshpureghee.com](mailto:info@freshpureghee.com)

P.O.Box: 57000



# ہریالی ٹکی چنے

## اجزاء

### ٹکی کے لیے

پاک :	1 گھنٹی (۱۰)
آلو :	4 عدد (بازیل کرلی)
سرخ مرچ پاؤڈر :	۱/۲ چائے کاجی
بھنڈا ہری پاؤڈر :	۱/۲ چائے کاجی
کادو تلہ :	2 کھانے کے چمچ
نمک :	حسب ذائقہ
آئل :	فرائنگ کے لیے

### گارنشنگ کے لیے

پیاز :	1 عدد (چوڑا)
ٹماٹر :	1 عدد (چوڑا)
برادھنیا پودا :	1 کھانے کاجی

### چنوں کے لیے

سفید چنے :	1 کپ (ڈالیں)
پیاز :	1 عدد (چوڑا)
ٹماٹر :	1 عدد (چوڑا)
ہری مرچ :	4-3 عدد
بلدی :	۱/۲ چائے کاجی
سرخ مرچ پاؤڈر :	1 چائے کاجی
گرم مصالحہ پاؤڈر :	1 چائے کاجی
دھنیا پاؤڈر :	1 کھانے کاجی
آئل :	2 کھانے کے چمچ
نمک :	حسب ذائقہ

## ترکیب

- ٹکی کے تمام اجزاء اچھی طرح کھس کر کے آٹھ حصوں میں تقسیم کریں اور ٹکیاں بنائیں۔
- اب انہیں گولڈن براؤن فرائی کریں۔
- چنے بنانے کے لیے پیاز، ہری مرچ، دھنیا پاؤڈر، سرخ مرچ پاؤڈر، بلدی اور گرم مصالحہ پاؤڈر کھس کر کے گراؤندہ کریں۔
- آئل گرم کر کے گراؤندہ کھاسا مصالحہ بنا لیں جو میں کہ براؤن ہو جائے۔
- پھر ٹماٹر اور نمک شامل کریں۔
- چنے ڈال کر 5 منٹ ہکامیں پھر ایک کپ پانی ڈال کر 3-2 منٹ تک ابالیں۔
- ڈش میں ٹکیاں سجا کر آہ پھینے ڈالیں۔ پیاز، ٹماٹر اور ہری مرچ سے سجا کر گرم چینی کریں۔



شیف سنجیو



SOCIETY.COM

# Goldenpearl®

Beauty Forever



آپ جائیں جدمر ٹھہر جائے نظر



## Golden Pearl

Whitening  
Moisturizing Lotion

*be confident...*

Golden Pearl Cosmetics Pakistan  
www.goldenpearl.com.pk  
E-mail: info@goldenpearl.com.pk



# حکیم برصی

## تفید مشورہ

(021) 34312766

طب کی روشنی میں آپ کے مسائل کا حل



سوال: آقا صاحب امری نئی اور بھی سز سال کی ہے لیکن اس کے بال سفید ہونے لگے ہیں اور کرنے بھی بہت ہیں اس کا حل بتائیں؟ (امیر، پشاور)

جواب: سر میں "روغن ایل" کی مالش اس طرح کریں کہ بالوں میں اچھی طرح جذب ہو جائے۔ یہ بالوں کو کرنے سے روکنے کے علاوہ بڑھا تا بھی ہے۔

سوال: میرے جسم پر اکثر رائے لگتے ہیں جو سخت ہوتے ہیں پھر ان میں سوراخیں جاتا ہے۔ اس سے کونسی مسخصل حل بتائیں۔ (انعام حسین، ملتان)

جواب: مریخ مصالحوں اور مریخ غذا سے پرہیز کریں۔ موسم شروع

سوال: پردیشین کے حصول کے لیے کونسی چیزیں کھانی چاہیے۔

(کوثر فیصل آباد)

جواب: پھلی کا گوشت، انڈے، دالیں، دودھ اور دودھ سے بنی ہوئی اشیاء کے علاوہ ڈرائی فرڈس بھی پرہیز نہیں کا اہم ذریعہ ہیں۔

ہونے پر روزانہ شین کو بالائے ضرورت کھائیں اور دودھ کے طور پر "شریب مصفی" اور فولج کر شام نہیں۔

سوال: حکیم صاحب! جب بھی کچھ کھانی ہوں تنگی ہوتی ہے اور کبھی تو نے بھی ہو جاتی ہے، کبھی ذکار ہی آتی رہتی ہیں۔ کوئی دوا تجو بہ کر دیں۔ (ساجد علی، گجراتوالا)

جواب: آپ "جواش حباب شرب" چھ اشہ روزانہ

جن کی وجہ سے کھانا کھانے میں بہت دقت ہوتی ہے۔

(رفعت زبیر، چنڈی)

جواب: سب سے اہم بات یہ کہ فیض نہ ہونے میں۔ ہلکی اور سرد غذا کھائیں۔ دوا کے طور پر "زرد رطوبیا" ایک روہنگلی میں چمک کریں اور چھالوں سے پانی پیئیں۔

سوال: آقا صاحب! مجھے ڈسٹ الرجی ہے، ذرا سے دھرمیں پانی سے چھینکیں آتے لگتی ہیں اور ناک سے پانی بہنے لگتا ہے۔

(زبیر النساء، محم، فیصل آباد)

جواب: آپ کے ناک کی اندرونی تھلی میں نرم کر کے پھینک دیا جائے۔ دوا "سٹریٹازول زکام" ذرا بہ کے ساتھ چند قطرے ناک میں چھانکیں۔ "ٹیل" دن میں دو دفعہ بار بار دوائیں۔ ناک میں دومی کینٹین دور رہ جائے گی۔

سوال: شوگر سے نجات کا کوئی آسان اور آ زور دہن دوا بتائیں۔

(دارت خان، ساہیوال)

جواب: شوگر کے مریضوں کے لیے دوا کے ساتھ ساتھ پرہیز بہت ضروری ہے۔ بغیر پینے آئے گی روٹی یا چھلکے سمیت پینے کے آئے کی روٹی کھائیں، کھین بھی مفید ہے۔ سرخ مریخ، کھنائی اور کھنائی سے احتراز کریں۔ دوا "سٹروف زبا پیلس" روزانہ صبح بغیر چینی کے روزہ کے ساتھ لیں۔

سوال: حکیم صاحب! میرے چھ ماہ کے بچے کو کوسو کے کامرض ہے۔ کوئی ٹائی علاج تجو بہ کر دیں۔ (عمر جم، گجراتوالا)

جواب: بچوں کی رت یعنی سوکھے کے لیے

"زوائے دن الاطفال" بہت مفید ہے۔ بچے کو

صبح و شام ایک ماشہ صبح و شام پانی کے ساتھ کھائیں۔

سوال: حکیم صاحب! میرے منہ میں اکثر چھالے ہو جاتے ہیں

صبح تازہ پانی کے ساتھ لیا کریں۔ بہت جلد ان دوائیوں کریں گی۔

سوال: حکیم صاحب! مجھے پچھلے تین ماہ سے خونی نچھکی کی شکایت ہے، بہر طرح کا علاج ہے کار ثابت ہوا، کوئی علاج بتائیں۔

(سائرہ خان، کوئٹہ)

جواب: مریخ مصالحوں سے بالکل پرہیز کریں، ساوا اور نرم غذا لیں۔ دوا کے طور پر "سٹروف طرا شین" سات ماشہ صبح و شام شربت انجیر کھائیں، ان شاء اللہ مرض جاتا رہے گا۔

سوال: آقا صاحب! میرے والد کی عمر 55 سال ہے، ان کے جسم میں دودھ رہتا ہے اور باوا دھشت بھی کمزور ہو گئی ہے۔

(جاوید علی، لاہور)

جواب: والد صاحب کو رات سونے وقت سپ جانیوں کی رو گولیاں غرنی ما، الہم کے ساتھ ایک مہینہ کھائیں۔ اس کے علاوہ سوئی پھل اور ہیز بان ضرور کھائیں۔

سوال: حکیم صاحب! مجھے ایک ماہ سے خشک کھانسی کی شکایت ہے جس کا روز بہت شدید ہوتا ہے، کوئی حل بتائیں۔

(عثمان عمر، شیخوپورہ)

جواب: غٹھے سے شربت کا استعمال ترک کر دیں۔ "غیر اینڈیم" شہرہ عناب دوا "چھ اشہ خوراک غرن کا ذرا پان کے ساتھ لیں۔

سوال: میری عمر 40 سال ہے۔ ایک سال سے ہائی بلڈ پریشر کی مریض ہوں۔ سر میں دودھ رہتا ہے اور نیند بھی نہیں آتی۔

(ظاہر طارن، وادی، گل خان)

جواب: کھانے میں نمک کا استعمال کم کریں۔ ساوا غذا کھائیں۔

"زوائے جنون" خوراک ایک ماشہ صبح و شام پانی کے ساتھ کھائیں۔

سوال: حکیم صاحب! میرے منہ میں اکثر چھالے ہو جاتے ہیں

Since 1888

**Saeed Ghani®**

Arabian Attar, Non-Alcoholic French Perfumes  
Herbal Beauty, Hair and skin Care Products



Be close to the  
Nature  
with



Find in: KHI, LHR, MUL, BWL, FSD, SGH, RWP, ISD, WAH CANTT, MRD, PWR, GLT



Customer Care: 0332-3331888

/saeedghaniherbal

[www.saeedghani.com.pk](http://www.saeedghani.com.pk)

[info@saeedghani.pk](mailto:info@saeedghani.pk)



# اہتمام عید قربان



قربانی کے لیے مخصوص جانوروں کا گوشت انتہائی مقوی اور صحت بخش ہوتا ہے

**عید الاضحیٰ** قربانی سے منسوب ہے۔ قربانی جہاں مذہبی فرائض کی ادائیگی کے سلسلے کا نام ہے وہیں عید قربان دعوتوں کے اہتمام، آجین میں مل بیٹھنے اور ایک دوسرے کا احساس کرنے کا دن بھی ہے۔ اس دن کو بھرپور انداز میں گزارنے کے لیے پہلے سے ہی منصوبہ بندی کریں۔ معاملہ جات، سوسر، پیسٹ وغیرہ بنا کر محفوظ کر لیں۔ گوشت کی افادیت، تیاری، پکانے اور محفوظ کرنے بارے درج ذیل معلومات آپ کی رہنمائی کا باعث ہوں گی۔

## گوشت کی غذائیت اور افادیت

پس تو ہر جانور اور پرندے کا گوشت الگ الگ غذائی افادیت رکھتا ہے تاہم قربانی کے لیے نفع دہن جانوروں کا گوشت انتہائی مقوی اور صحت بخش ہوتا ہے۔ قربانی کے لیے نام طور پر ڈبے، بکرے، اگے یا پھرائیٹ کا انتخاب کیا جاتا ہے۔ آئیے دیکھتے ہیں ان جانوروں کا گوشت ہماری صحت پر کیا اثرات مرتب کرتا ہے۔

## ڈبے کا گوشت

- ڈبے کا گوشت پروٹین اور وٹامنز کا بہترین آخذ ہے۔
- ڈبے کا گوشت زنک کا بھی اہم ذریعہ ہے۔ یہ انسانی جسم میں زنک کی 45% ضرورت پوری کرتا ہے۔ ڈبے کے گوشت میں موجود آئرن اور زنک دوسرے

دنیا بھر میں کھائے جانے والے گوشت کا 63 فیصد حصہ بکرے کے گوشت پر مشتمل ہوتا ہے

## بکرے کا گوشت

- جسمانی طاقت، نشوونما اور ڈانکے کے اعتبار سے بکرے کے گوشت کو تمام غذاؤں کے سربراہ کا درجہ حاصل ہے۔ یہ برطیقا کی مرغوب غذا ہے۔ دنیا بھر میں کھائے جانے والے گوشت کا 63 فیصد حصہ بکرے کا پر مشتمل ہوتا ہے۔
- بکرے کا گوشت نہ صرف جسمانی کمزوری دور کرتا ہے بلکہ اس کے غذائی اجزاء، اعصابی نظام پر اثر انداز ہو کر پشیمانی بھی دور کرتے ہیں۔ اگر آپ پریشان یا افسردہ ہیں تو بکرے کے گوشت کا سامان یا سوپ وغیرہ استعمال کرنے سے آپ کا وہ خاصی مددگار خوش گوار ہو جائے گا۔
- بکرے کے گوشت میں موجود فاسفورس، پروٹین، زنک، آئرن اور پوٹاشیم وائٹ اور بڑیاں مشہور کرنے، بلڈ پریشر اور شوگر لیول کنٹرول کرنے اور مدافعتی نظام بہتر بنانے میں بے حد کارآمد ہیں۔
- گائے کے گوشت کی نسبت اس میں چکنائی اور کولیسٹرول کم پایا جاتا ہے۔ چونکہ یہ تاثیر میں گرم تر ہے لہذا بہت زیادہ استعمال سے پرہیز کیجیے۔

## گائے کا گوشت

- گائے کا گوشت اپنی تاثیر کے باعث برہمن کے لوگوں کو اس میں

جانوروں کے گوشت کی نسبت جلد ہی ختم ہو جاتے ہیں۔

- ڈبے کا گوشت خون کی کمی اور سانس کے امراض میں مفید ہے۔ تاہم مٹھیا اور گردے کے امراض میں جتنا لوگ اس سے پرہیز کریں۔
- گھمراہ اور ہیز و زاروں میں پالے گئے ڈبے کا گوشت بازاری ڈبے کے گوشت کی نسبت زیادہ مفید اور باہم قیمت ہوتا ہے۔
- ڈبے کے گوشت میں چکنائی بہت زیادہ پائی جاتی ہے، لہذا اس کے استعمال میں احتیاط ضروری ہے۔



آتا۔

البتہ اگر چھوٹے نکلوں میں کاٹ کر ہیزی یا چاولوں کے ساتھ (یا تو وغیرہ) پکا یا جائے تو اس کی افادیت میں کمی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔ یہ گوشت گھنے میں کافی وقت لیتا ہے۔

جدید سائنسی تحقیق

کے مطابق گائے کے گوشت میں

- موجود Conjugated Linoleic Acid کیسر کی روک تھام میں مدد دیتا ہے اور tumor کی افزائش روکتا ہے۔
- بڑھتے ہوئے بچوں کے لیے گائے کا گوشت خاص طور پر مفید ہے۔ اس میں موجود آئرن، پروٹین، زنک اور فاسفورس خون میں سرخ نلیوں کی تعداد میں اضافہ کرتے اور منسلکات مضبوط بناتے ہیں۔
- گائے کے گوشت کا بہت زیادہ استعمال خون میں گاڑھا پین پیدا کر دیتا ہے اور اسے بکثرت کھانے والے افراد کو اکثر اعصابی

تناؤ کا سامنا کرتا ہے۔ اس

کے بہت زیادہ استعمال سے خون میں یورک ایسڈ کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور جڑوں کے امراض کا خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔

## اؤٹ کا گوشت

- غذائی افادیت کے اعتبار سے اؤٹ کا گوشت بہترین ہے اور میٹ فورز میں تیزی سے متحول بھی ہو رہا ہے۔ اس کی ایک وجہ یہ ہے کہ اؤٹ کے گوشت میں چکنائی کی مقدار ضمن اور ہیٹ کے مقابلے میں خاصی کم ہے۔

**سٹیمنگ (Steaming)**

اس طریقہ کار میں بھاپ کے ذریعے گوشت تیار کیا جاتا ہے۔ عام طور پر اٹھتے ہوئے پانی پر ایک ریک یا اسٹیمر رکھا جاتا ہے جس کے اوپر گوشت رکھ کر بھاپ اڑی جاتی ہے۔ کھانے اور پانی کے درمیان ایک خاص فاصلہ رکھا جاتا ہے۔ سٹیم کے ذریعے پکائے جانے والے کھانوں کے غذائی اجزاء ضائع ہو جاتے، چلنے اور گلنے کا احتمال بہت کم ہوتا ہے۔ اگرچہ یہ طریقہ تھوڑا وقت طلب ہے تاہم دنیائے بیشتر ممالک میں گوشت پکانے کے لیے استعمال ہے۔

**گرلنگ اور براؤننگ (Grilling and Broiling)**

گوشت کو گرل یا برائن کرنے سے مراد ہے اسے براہ راست آگ پر پکانا۔ اس میں کھانا گرل جینی میں ڈال کر گیس بکڑی، کوئلے یا تیل وغیرہ سے پکایا جاتا ہے۔ اس کے لیے ایک گرل گرل بھی استعمال کی جاسکتی ہے۔ باربا کیو کے لیے پورا طریقہ ہے۔

**ڈیپ فرائنگ (Deep Frying)**

گوشت کو تیل میں فروا کرنا کہ یہ تقریباً ڈوب جائے۔ اس طریقے کے تحت گوشت کو آئل میں زیادہ دیر تک پکایا نہیں جاسکتا کیوں کہ آئل گوشت میں جذب ہو کر اس کا پانی ختم کر دیتا ہے اور ایک مہرب استعمال کے بعد اس آئل کو بار بار استعمال کرنا بھی ممکن نہیں رہتا ہے۔

• تھوڑی دیر بعد دوبارہ کھلے پانی سے تھامیں اور خشک ہونے دیں۔  
• کچھ کوکوں کو گوشت کی ٹوٹے مستند بنا چھ اور چھلنے کے باوجود پکے ہوئے گوشت سے انھیں ہٹا دیا ہے۔ اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ چھلنے کے بعد گوشت کو مصلے لگا کر بہری نیت کر لیں۔ میری نیت کرنے کے بعد پکا ہوا

• اؤنٹ کے گوشت میں 1.89-1.2 جب کہ ہیٹ میں 4.89 فیصد تک چکنائی ہوتی ہے۔  
• اؤنٹ کے گوشت میں کولیسٹرول بھی مشن اور ہیٹ کی نسبت 15 فیصد کم پایا جاتا ہے۔  
• پانی، پروٹین، فائبر، آئرن، منکیلیٹ اور وٹامن کے ساتھ ساتھ کالیم اور

**باقی جانوروں کی چربی ان کے عضلات میں جب کہ اؤنٹ کی چربی اس کے کوبان میں جمع ہوتی ہے**

• ناسٹورس بھی اؤنٹ کے گوشت میں زیادہ پائے جاتے ہیں۔  
• اس میں موجود گلیکو جن (Glycogen) گلوکوز میں تبدیل ہو کر فرونی توانائی مہیا کرتا ہے۔  
• اؤنٹ سے متعلق خاص بات یہ ہے کہ باقی جانوروں کی چربی ان کے عضلات میں جب کہ اؤنٹ کی چربی اس کے کوبان میں جمع ہوتی ہے۔ یہ گائے اور کھرت کے گوشت کی طرح دل کی پیاریوں اور عسائی تلاء کا باعث نہیں ہوتا۔  
• بہترین گوشت کے لیے اؤنٹ کی عمر 5-1 سال تک ہونی چاہیے۔  
• اؤنٹ کا گوشت قدرتی طور پر بہت خشک ہوتا ہے لہذا پانی

**گوشت کو محفوظ رکھیں**

خود پر ریفریجریٹر کا استعمال عام ریلوں کی نسبت خاصا بڑھ چکا ہے۔ گوشت کو محفوظ کرنے کے لیے ریفریجریٹر کا استعمال سب سے آسان طریقہ ہے۔ تاہم ریفریجریٹر میں گوشت محفوظ کرنے کے ساتھ اس کی صفائی سترائی کا خیال بھی رکھیں۔ ریفریجریٹر کے دروازے دیگر حصوں کے مقابلے میں نسبتاً کم ٹھنڈے ہوتے ہیں۔ اس لیے باہر میں یہ مشورہ دیتے ہیں کہ دروازوں کے قریب دودھ، اٹھے یا گوشت وغیرہ محفوظ نہ کیے جائیں۔ ان چیزوں کو ریفریجریٹر کے اندرونی خانوں میں رکھنا چاہیے جہاں خشک زیادہ ہوتا ہے۔ دروازوں کے قریب اچار، مرہ، چینی وغیرہ جیسی چیزیں اسٹوریج کی جاسکتی ہیں۔ اس بات کو یقینی بنانا چاہیے کہ کچا گوشت پورے ٹھنڈے کی چیلوں میں حتیٰ سے لیجا دیا اور انھیں ایسی جگہ رکھا جائے جہاں سے گوشت سے چپکنے والے قطرے دیگر اشیاء پر نہ گر سکیں ورنہ گوشت کی بو دوسری اشیاء میں سرایت کر جائے گی۔ عید سے پہلے اور عید کے بعد ریفریجریٹر کی صفائی بھی کریں۔



گوشت قدرتی طور پر بہت خشک ہوتا ہے لہذا پانی

**کیا ریڈ میٹ محفوظ غذا ہے؟**

ہیٹ اور مشن کے استعمال کے بارے میں لوگ تذبذب کا شکار رہتے ہیں کہ آیا ان کا استعمال صحت کے لیے مفید ہے یا نہیں۔ اس کا واضح جواب یہ ہے کہ کسی بھی چیز کی کمی و بیشی نقصان دہ ہوتی ہے اور ہر چیز کا متوازن اور مناسب استعمال ہی ناکہ و مند ہے۔ ریڈ میٹ میں چھوڑنے والی چکنائی ہیں۔ انھیں ہضم کرنے کے لیے نظام انہضام کے اعضاء کو زیادہ قوت لگانا پڑتی ہے۔ نتیجتاً دل کو خون پمپ کرنے میں بھی زور لگانا پڑتا ہے۔ لہذا ریڈ میٹ کا بہت زیادہ استعمال کرنے والے افراد کوئی طرح کی بیماریوں کا شکار ہو سکتے ہیں۔ ایک تحقیقی کے مطابق ریڈ میٹ کھانے والوں کی نسبت دودھ اور کھانے والوں کی نسبت زیادہ دیر تک زندہ رہتے ہیں۔

ریڈ میٹ کے روزانہ استعمال سے دل کی پیاریوں اور قریبائیس کے امکانات 24 فیصد تک بڑھ جاتے ہیں۔ ریڈ میٹ کا استعمال بٹھنے میں ایک باڑی کریں۔ تاہم ملاقت کے حصول اور صحت و کمزوری دور کرنے کے لیے یہ بہترین غذا ہے۔

**بیکنگ**

بیکنگ میں گوشت کو ٹھنڈے اور حرارت اور وقت کے لیے اوون میں پکایا جاتا ہے۔ وقت اور درجہ حرارت کا خیال رکھنا بہت ضروری ہے۔ اوون استعمال کرنے کی احتیاطی تدابیر جانا بھی ضروری ہے۔

**سٹوئنگ (Stewing, Simmering)**

سٹوئنگ سے مراد ہے گوشت کو پانی یا کسی بھی لیکوئڈ میں بھلی آچھ پر پکانا۔ پانی کے علاوہ روٹھے، تخم اور اسٹاک کا استعمال بھی کیا جاسکتا ہے۔ سٹوئنگ کے ذریعے پکایا جانے والا گوشت گریوی، پیوری اور سوپ جیسا ہوتا ہے۔ اس طریقے سے پکایا گیا گوشت بہت لذیذ ہوتا ہے تاہم اسٹ پکانے میں وقت درکار ہے۔

• اس سے پرہیز کریں۔  
• اؤنٹ کا گوشت جیسا ٹائیس ہی میں بے حد مفید ہے۔  
• گوشت کی صفائی / تودور کرنا  
• گوشت کو کھلے پانی میں دھو کر صفائی چربی اور چھلے وغیرہ صاف کر لیں۔  
• اب اسے سرکہ یا لیموں کا رس لگا کر تھوڑی دیر کے لیے رکھیں۔ اس سے ذمہ داری اس کی بو ختم ہو جائے گی یا کہ یہ تروتازہ بھی رہے گا۔



# Cook

like a

*Chef*

گہشت کی زور دہ کرنے کے لیے اسے پکانے سے پہلے نمک، کالی مرچ پاؤڈر اور ادک لہسن پیسٹ سے میری ٹیٹ کس بس

برتن نکس رکھے جاسکتے۔ اس کے لیے مارکیٹ میں خاص ماٹیکر پر دف باڈلز اور پلاسٹک ٹین ہیں۔ ان کے علاوہ دوسرے برتن استعمال نہ کریں۔

سوال: گوشت پکانے ہوئے اکثر اس میں خورد جانی ہے۔ اسے زور دہ کرنے کا کوئی طریقہ بتاویں۔

جواب: گوشت کی زور دہ کرنے کے لیے اسے پکانے سے پہلے نمک، کالی مرچ پاؤڈر اور ادک لہسن پیسٹ سے میری ٹیٹ کریں۔ گوشت کو اٹالنے سے بھی اکثر اس میں خورد جانی ہے۔ اس لیے اٹالنے کے بجائے فرائی کریں۔

سوال: اٹلے ہوئے چاول تازہ کرنے کے لیے کوئی طریقہ بتاویں؟

جواب: چاول ریفریجریٹر سے نکال کر ان پر باکاسانی جھڑکا میں اور ماٹیکر دو ہوا دونوں میں گرم کریں۔ چاول فریش ہو جائیگا۔

سوال: اکثر روٹھ اٹالنے ہوئے برتن سے باہر گر جاتا ہے۔ کیا اسے روکنے کا کوئی طریقہ ہے؟

سوال: عید پر وقت کو کب سے پہلے میٹج کریں کہ کم وقت میں زیادہ سے زیادہ کام بنتے؟

جواب: مصالحے کے لیے لہسن، ادک، جیلا، ہرنی سرخ اور ٹماٹر پہلے سے کٹ کر باپسٹ بنا کر رکھ لیں۔ مختلف کھانوں کے لیے میری ٹیٹ بنا کر رکھ کر رکھ لیں۔ لمبوں کا رس نکال کر رکھیں۔ اگر پاسب کام عید سے ایک دن پہلے کریں تو عید کے دن صرف آپ نے گوشت دھوئے اور پکانے کا کام سرخام، جلاپ، کھانے کے ساتھ سرو کرنے کے لیے چشما اور ڈینگ وغیرہ بھی پہلے سے بنا کر محفوظ کر لیں۔ ضروری اشیاء کی خریداری بھی کر کے رکھیں۔

سوال: بیٹریٹے کا طریقہ بتاویں جو گوشت کے لیے بہتر ہیں ہو۔

جواب: کسی بھی قسم کا گوشت فرائی کرنے کے لیے درج ذیل اشیاء کی بیٹریٹ کر کے رکھ لیں اور ہونے ضرورت گوشت کو اس میں ڈب با رول کر کے فرائی کریں۔

عید الاضحیٰ کے موقع پر خواہن کی ظاہری عبادی نو بدنی، دنی ہی ہے، ساتھ ہی ساتھ انہوں نے لہ نہ اور مشورہ

کھانے بنا کر کے گھر والوں کا دل بھی جیتنا رہتا ہے۔ دونوں کا انتظام عید الاضحیٰ کی شاندار روایت ہے اور اس روایت کو برقرار رکھنے کے لیے بلاشبہ فراتین کو قصاصت کچن میں بھی گزارنا پڑتا ہے۔ اس وقت کو آپ مہارت اور سلیب مندی سے فریٹنگ اریگی، تاکہ کچن میں کو لگ کے والے سے آپ کے سوالات کے جوابات فریٹنا آپ کے لیے معاون ثابت ہوں گے، اس کے علاوہ عید پر اپنے وقت کو کب سے پہلے کرنا ہے، ان دہالے سے بھی آپ کو برائی ملے گی۔

سوال: کم سے کم وقت میں گوشت گلانے کے لیے کچھ رہنمائی فرما لیں۔

جواب: گوشت کو کم سے کم دہن میں گلانے کے لیے اس میں سرکہ، لمبوں کا رس یا چھتا پیسٹ استعمال کر سکتے ہیں۔ نینوں میں سے کوئی ایک چیز استعمال کریں۔

سوال: گوشت کو میری ٹیٹ کرنے کے لیے کوئی ایک ترکیب بتاویں، برہنوں کے لیے قابل قبول ہو۔

جواب: درج ذیل میری ٹیٹن کے اجزاء، اس کے رکھ لیں اور جب بھی ضرورت ہو، گوشت میری ٹیٹ کر لیں۔

- سبز الائچی : ا کھانے کا کچھ
- کالی مرچ : ا کھانے کا کچھ
- ٹماٹ دھلا : ا کھانے کا کچھ
- ٹماٹ سرخ مرچ : ا کھانے کا کچھ
- زیرہ : ۱/۲ کپ
- ادک لہسن پیسٹ : ۱/۲ کپ
- لمبوں کا رس : ۱/۲ کپ

تمام اجزاء، ا کھانے گراٹھ کریں۔ حسب ضرورت گوشت پر لگا کر میری ٹیٹ کریں۔

”کم سے کم وقت میں گوشت گلانے کے لیے اس میں سرکہ، لمبوں کا رس یا چھتا پیسٹ استعمال کر سکتے ہیں“

جواب: جس برتن میں دودھ اٹالیں اسے کھنٹا کر تھکا کر لیں۔ دودھ اٹلنے پر بہتر نہیں گرنے گا۔

سوال: عموماً گوشت پکانے ہوئے مصالحہ ٹیک طرح سے جذب نہیں ہوتا، اس کے لیے کوئی ٹپ بتاویں؟

جواب: گوشت پر بیکے بیکے کٹ لگا میں تاکہ اندر تک مصالحہ چلا جائے۔ پکانے سے پہلے مصالحے لگا کر 2-3 گھنٹے تک پڑا رہنے دینے سے بھی مصالحہ گوشت میں جذب ہو جائے گا۔

سوال: بارہنی کیوں کے لیے کبابوں پر کتنی دیر مصالحہ لگا کر رکھنا چاہیے؟

جواب: گوشت کو میری ٹیٹ کرنا ہونا بہتر ہے۔ میری ٹیٹ سے کھانے لگا کر دات بھر کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔ اس سے کبابوں اور کھانے کا ڈائن بہتر بنے گا۔

- انڈا : 2 عدد
- جین / سیدو : 2 کپ
- پانی : حسب ضرورت
- بریڈ کریمر : 1/3 کپ
- پانی میں جین / سیدو گھول لیں، اس میں گوشت ڈب کر کے انڈے میں رول کریں۔ دو پارہ جین / سیدو میں ڈب کر لیں۔ پھر کریمر لگا کر ڈب فرائی کریں۔ اگر چاہیں تو خام 120، ا کھٹے کس کر کے رکھ لیں۔
- سوال: ماٹیکر دو ہوا دونوں میں کھانا گرم کرنے ہوئے اکثر برتن جل جاتا ہے۔ اس کی کیا وجہ ہے؟
- جواب: ان ضمن میں یاد رکھیں کہ ماٹیکر دو ہوا دونوں میں بطرح کے



Delightful treat  
for a cheerful Eid!



Chicken  
Burger  
 Patties



12 Pieces

Halal



@dawnfoodspk /dawnfoods www.dawnfrozenfoods.com



# CHANGHONG RUBA

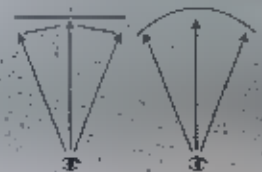
—Creating Easy Life—

Introducing Curved 4K TV  
Technology in Pakistan



C8000i  
65"

Flat Screen    Curved Screen



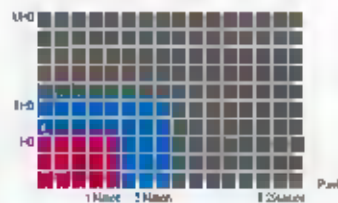
Perfect Combination of  
Art & Technology

# CURVED

## UHDTV

Ultra High Definition

UHD = FHD × 4



Smart



Amazing 3D



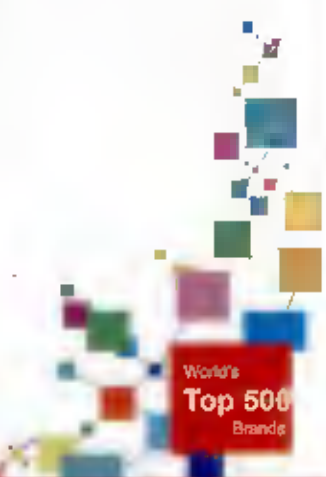
Body Sense



FHD



UHD



Make Your Imagination Fly

# ناشپاتی

## غذائیت و توانائی کا بیج

### ناشپاتی

ایک میٹھا اور رس دار پھل ہے جسے مونا سیب کی مانند بھی قرار دیا جاتا ہے۔ سائز اور ذائقے کے اعتبار سے یہ سیب کے قریب تر ہے۔ تاہم سیب کے برعکس اس کے چمکے اتارنا مشکل کام ہے اور زیادہ تر یہ چمکوں سمیت ہی کھایا جاتا ہے۔ یہ پھل میز، پیلیہ اور چھوٹے بچوں میں دستیاب ہوتا ہے۔ فصل کے لحاظ سے اس کی کچھ اقسام سیب اور شامہ مرغ سے ملتی جلتی ہیں۔ ویسے تو ناشپاتی مادامسال دستیاب رہتی ہے تاہم اس کا موسم جرن اور فروری تک ہوتا ہے۔

### غذائیت

ناشپاتی فائبر، وٹامن اے، بی 1، بی 2، بی 6، بی 12، اینٹی آکسیدنٹ اور نیچے سے بھر پور ہوتی ہے۔ اس میں آئرن، کاپر، فاسفورس، پوٹاشیم کے علاوہ کم و بیش مقدار میں کیلشیم، کلورین، سوڈیم، سلفر اور میگنیشیم بھی پایا جاتا ہے۔

### افادیت

ناشپاتی کے بے شمار غذائی و طبی فوائد ہیں۔ اسے بطور پھل کھائیں، اس کا جوس پیئیں، چینی یا تخیم بنا لیں۔ یہ برنٹھ سے صحت کے لیے مفید ہے۔ اس کے درج ذیل فوائد ہیں۔

### کولیسٹرول، بلڈ پریشر کنٹرول

ناشپاتی میں موجود اینٹی آکسیدنٹس بلڈ پریشر کو کنٹرول رکھتے ہیں۔ اس میں موجود Pectin کولیسٹرول لیول کو متوازن رکھنے میں بھی مددگار ہے۔ کولیسٹرول اور بلڈ پریشر کے مریضوں کے لیے ناشپاتی کا جوس پیانا زیادہ مفید ہے۔

### بخار کا توڑ

ناشپاتی کی تاثیر بڑھکے عھذنی ہوتی ہے، اس لیے یہ بخار کے توڑ کے لیے بہت موثر پھل ہے۔ یہ اندر کی گرمی ختم کر کے بخار کم کرتی ہے۔ فوری علاج کے لیے اس کا جوس زیادہ فائدہ مند ہے۔ ایک گلاس ناشپاتی کا جوس بخار کا بہترین علاج ہے۔

### فوری توانائی کا حصول

ناشپاتی توانائی بحال کرنے کا بھی فوری اور موثر ذریعہ ہے۔ اس میں موجود Glucose اور Fructose سستی اور تھوگی دور کر کے

طبیعت بدشاش بنائش کرتے ہیں۔ ناشپاتی کے جوس کو بطور ٹونسٹر اور انرجی ڈرنک بھی پیا جاتا ہے۔ یہ جوس ایسٹن سٹم کے لیے بھی مفید ہے۔

### نظام تنفس کے لیے مفید

اکثر لوگ گرمی اور جھس کی وجہ سے نظام تنفس کے مسائل کا شکار ہو جاتے ہیں۔ کچھ لوگوں کو کھانسی اور غصہ کی شکایت بھی رہتی ہے۔ ان کے لیے ناشپاتی کا جوس بہترین علاج ہے۔ صبح و شام ناشپاتی کا جوس پینے سے نزلہ و زکام کھانسی، بخیم اور گلے کے دیگر کن امراض سے بچا جاسکتا ہے۔

ناشپاتی ایک hypoallergenic فردت ہے۔ یعنی اسے کھانے سے کسی قسم کی ایکشن نہیں ہوتا۔ جو لوگ کھانے پینے کے معاملے میں حساس ہوں یا کسی قسم کی فوڈ الرجی کا شکار ہوں، وہ ناشپاتی کھا سکتے ہیں۔

### وزن کھٹائیں

ناشپاتی میں بہت کم کیلوریز پائی جاتی ہیں۔ 150 گرام ناشپاتی میں صرف 96 کیلوریز ہوتی ہیں۔ اگر آپ وزن کم کرنا چاہیں تو اسٹیکس اور سینڈویچز کی بجائے ناشپاتی کھائیں۔ ناشپاتی میں موجود غذائی اجزاء نظام ہضم اور اخراج کو بھی ریگولر رکھتے ہیں۔ ناشپاتی میں موجود

فائبر بھوک کے احساس کو کم کر کے کھانے کی خواہش بھی روکتا ہے۔ ایک ناشپاتی میں 5 گرام فائبر موجود ہوتا ہے، اور ذمہ دہ کے فائبر کے استعمال 20% فیصد ہے۔

### سر ونگ

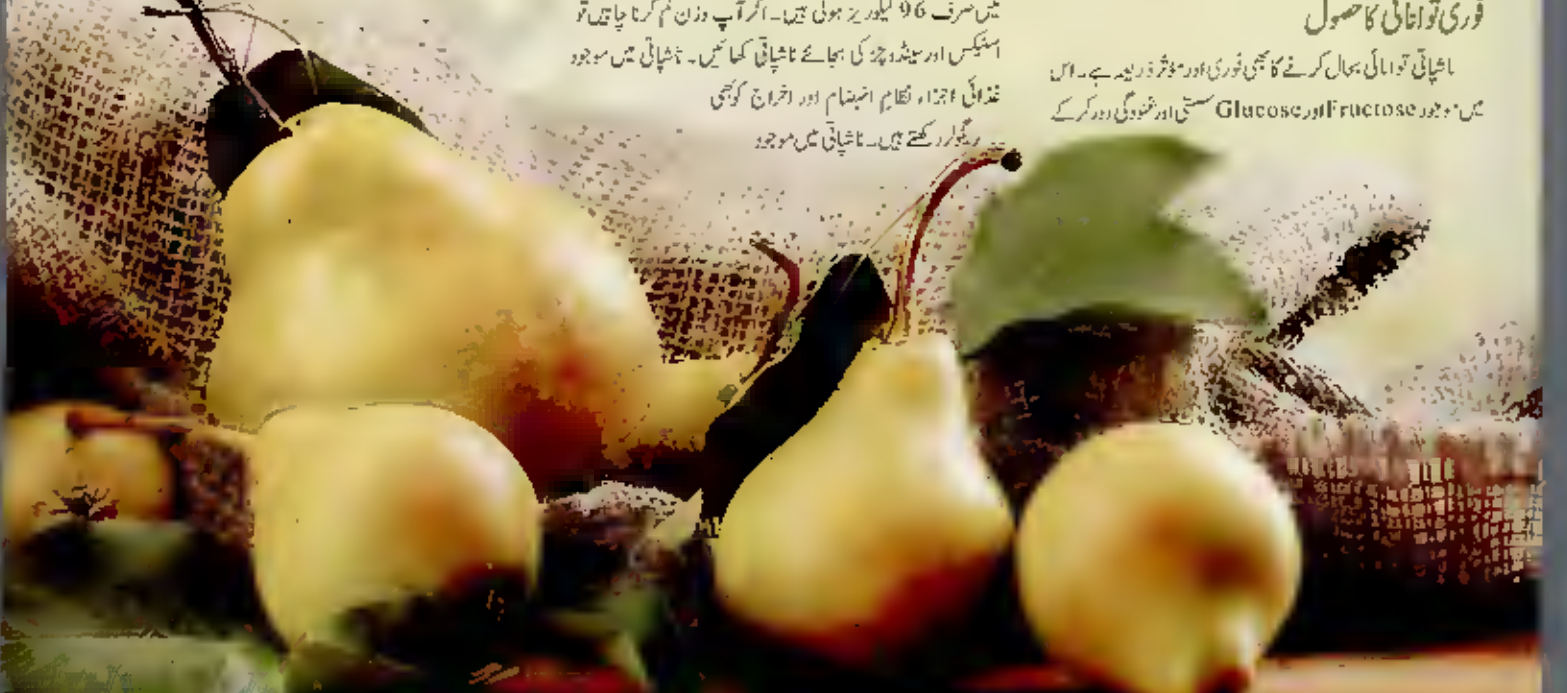
ناشپاتی کو مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسے بطور پھل کھائیں، اس کا جوس پیئیں۔ شہد، کالی مرچ یا ڈر کی ڈر ریگ کر کے بیک، گرل یا سائے کر لیں۔ سائس کاٹ کر سلاڈ چائیں۔ کسٹرو، ڈرائڈ اور ڈیزس میں بھی اس کا استعمال غذائیت و صحت میں اضافہ کا ضامن ہے۔ اس کی پائی (pie) بچوں کے لیے بہترین غذا ہے۔

### محفوظ کرنا

ناشپاتی کو کافی دن تک محفوظ رکھا جاسکتا ہے۔ تاہم استعمال سے زیادہ زیر پیلیہ کاٹ کر رکھیں۔ نہ ہی زیادہ زیر فریڈ کریں۔ فریڈ کرنے سے اس میں موجود فائبر اور جوس الگ الگ جم جائیں گے۔

### دیکھ چھان

- ریٹا بھر میں ناشپاتی کی 13000 قسمیں پائی جاتی ہیں۔
- چین میں ناشپاتی کو "Li" کہا جاتا ہے اور اس کے درخت کو ابدیت سے منسوب کیا جاتا ہے۔ جب کہتیں ناشپاتی کا درخت سر جھکا جاتا ہے تو کسی نقصان کے اندیشے کا اظہار کیا جاتا ہے۔
- تباہ کوئی دریا نیت سے پیلے یورپ میں تباہ کو کے بجائے ناشپاتی کے پتے استعمال کیے جاتے تھے۔
- فرم اور ٹیٹھے گورے کے باعث اسے "Butter Fruit" کا نام بھی دیا جاتا ہے۔





60 Years **Majestic** Trust With Improved Quality

WWW.PAKSOCIETY.COM

# CHEF®

THE SECRET BEHIND FAST COOKING



**New Arrival**

## Belli Shape *Pressure Cooker*



Healthy  
Cooking

AVAILABLE AT ALL LEADING STORES



**METRO**

Available at

**Hyperstar**



**Raja Sahib**  
SHOPPING MALL



**G.C. FACTORIES (WZD) (PVT) LTD. G.T. ROAD, WAZIRABAD-PAKISTAN.**

Tel: +92 - 55 - 6601205, 6601305, Fax: +92 - 55 - 6600028

E-mail : [info@majesticchef.com](mailto:info@majesticchef.com) Web : [www.majesticchef.com](http://www.majesticchef.com)

[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)



# VINCÉ

Beautiful Skin Matters

Round The Clock

## Radiance Glow & Beauty



### LIGHTNIX

Healthy Translucent Fair & Radiant Complexion

- Feel the Difference On First Application
- Instant Glow Magical Dead Cell Removal



Radiance Peeling Mosaic

Lightnix Series Includes:

- Skin Lightening Cream
- Eye Brightening Cream
- Skin Lightening Night cream
- Whitening Cream (for face, neck, hands)
- Moisturizing Face & Neck Cream
- Eye Lightening Cream
- Lightening Toner
- Radiance Peeling Mosaic
- Whitening Scrub For wash
- Facial Kit
- Face Mask

### REJUVENATION

Look 10 Years Younger Just In 20 Days

- Face The World With A New Face



Multiple Repairing Cream

Rejuvenation Series Includes:

- Advanced Face Cream (Anti Wrinkle Cream)
- Multiple Repairing Cream (Anti Wrinkle Cream)
- Eye Recovery Serum (Total Care 101 Facts)

### HYDRATING

Quench Your Skin's Thirst With Hydrating Power

- Fresh Vegetal Cr. In Reduce Dark Circles & Puffiness Just In Three Weeks



Eye Recovery Serum

Hydrating Series Includes:

- Mildlevel Moisturizing Cream
- Hydrating Wash
- Eye Recovery Serum
- Vince Jolly Lips

### SPA-XCITE

The Professional Range

- Insist Your Beautician For Vince Facials As It Repairs Your Skin Along With Instant Brightly



SPA-XCITE Facial KIT

7 STEPS WHITENING FACIAL

Renew, Refresh and Revive

### FIGUREX



#### THE FITNESS RANGE

- 100% Body Firming Cream
- Bra Tightening & Firming Cream
- Xtra-Shaper Nipper & Thigh Cream
- Xtra-Shaper Trimony

### SUN CARE



UVA & UVB Protector (SPF50) & (SPF75)

### CLEANIX



Anti Scar Cream  
Anti Acne Cream  
Oil Control Cream

VINCÉ  
BEAUTIFUL SKIN MATTERS



CALL +92 3105124077, +92 3008887354

WWW.VINCECARE.COM



# Mexican Food



میکسیکن کھانا دنیا کی تمام کھانوں میں سے ایک ہے۔ اس کا ذائقہ اور رنگ بے حد دلچسپ ہے۔ اس کا ذائقہ اور رنگ بے حد دلچسپ ہے۔ اس کا ذائقہ اور رنگ بے حد دلچسپ ہے۔

## ڈرنکس

میکسیکو میں کارنز نہ صرف کھائے جاتے بلکہ ان کا ڈرنک بھی بنا کر پیا جاتا ہے۔ باٹ ڈرنک "Atole" میں کارنز کے ساتھ پھل، چاکلیٹ اور چادلوں کا ٹیڈر بھی کس کیا جاتا ہے۔ کولڈ ڈرنک تیار کرنے کے لیے فرمیٹڈ کارنز استعمال کیے جاتے ہیں۔ دارچینی اور شکر سے بنی Cafe de olla بھی مقبول گرم ڈرنک ہے۔ آکٹوئی اور کئی

طرح کے جوس بھی پیے جاتے ہیں۔

**میکسیکن** کوزین کا شمار اسپانیا اور ریاستہائے کوزیز میں ہوتا ہے۔ ایسے بہت سے اجزاء جو دیگر ممالک میں عموماً کم ہی استعمال کیے جاتے ہیں، میکسیکن کوزین میں روزمرہ غذا کا حصہ ہیں۔ کارنز، ریڈ چلی، گوشت، چاکلیٹ بنیادی اجزاء ہیں۔ بیف، مشن، سرکہ اور چیز جیسے اجزاء سین سے آلے والے مکھروٹوں نے متعارف کروائے۔ روایتی کھانوں پر یورپین کوزین کے اثرات بھی نمایاں ہیں۔

فوڈ کے حوالے سے یہاں ایک پاپولرزم Tex-Mex Food کی بھی ہے، جس پر میکسیکن، امریکن اور ٹیکسائی فوڈ کے ٹیڈرز کے اثرات نمایاں ہیں۔ دیگر ممالک کی کوزیز کے اثرات کے باوجود یہاں کے بنیادی غذائی اجزاء مقامی ہی ہیں، جو روج ڈی ہیں۔

## سٹریٹ فوڈ

سٹریٹ فوڈ کا رجحان کافی مقبول ہے۔ سوپ، ٹاکوز، ٹورٹلا وغیرہ سٹریٹ فوڈ کا حصہ ہیں۔ ریستورانز کا کھانا گھر میں تیار کیے گئے کھانے سے بہت مختلف ہے۔ ٹورجران باہر کھانا اس لیے بھی پسند کرتے ہیں کہ گھر میں کھانا کھانے کے لیے انہیں کئی طرح کے آداب کا خیال رکھنا پڑتا ہے۔



میکسیکن فوڈ ڈائننگ، ڈانس اور کیلوریز سے بھرپور ہوتی ہے۔ موٹے لوگوں کا ذکر کریں تو اس دو ڈونٹس میں میکسیکو دوسرے نمبر پر ہے۔

## ہوم کوکنگ

میکسیکو کے دیہی علاقوں میں اکثر خواتین کارنز تیسٹی اور ٹورٹلا بناتی دکھائی دیتی ہیں۔ گھر میں کھانا پکانے کی ذمہ داری خواتین کی ہوتی ہے۔ دلچسپ بات یہ کہ لڑکیوں کو اس وقت تک شادی کے لیے بیچور نہیں سمجھا جاتا جب تک کہ وہ کوکنگ نہ سیکھ لیں۔ کوکنگ میکسیکو باؤس وائف کا خاصا ہے۔

## فوڈ فیٹیوئل

میکسیکو میں بہت سے فوڈ فیٹیوئلز بھی منظم کیے جاتے ہیں۔ Day of the Dead بھی ایسا ہی فوڈ فیٹیوئل ہے۔ اس میں کم و بیش پانچ سو لوگ مدعو ہوتے ہیں۔ کھانا بنانے کے لیے ماہرین کی خدمات حاصل کی جاتی ہیں۔ یہ فیٹیوئل عموماً قرآن کا ہوں میں منایا جاتا ہے اور یہ تصور کیا جاتا ہے کہ سرخوہ رشتے داروں کی روٹیں بھی وہاں موجود ہوتی ہیں۔ یہ فیٹیوئلز سوشل گیڈرنگز کا ذریعہ بھی ہیں۔

## میٹ لورز

میکسیکن لوگ گوشت کھانا بھی پسند کرتے ہیں۔ روزمرہ غذا میں چکن، مشن، ہی فوڈ میں سے ایک چیز ضرور شامل کی جاتی ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ میکسیکن لوگ اکثر سٹاپے کا ڈیکور بھی دکھائی دیتے ہیں۔

## میں میلو

میکسیکو میں میں میں "Comida" کہا جاتا ہے۔ میل کے شروع میں سوپ سرد کیا جاتا ہے جو چادلوں، پاستا، پیاز اور دوسری ہیزوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ اس کے بعد کئی طرح کا گوشت، سویں، سالاد اور ٹورٹلا کے ساتھ پیش کیا جاتا ہے۔ دوپہر کے اس میں میل کے بعد جو چیز بریج جاسکے، دو صانع کرنے کے بعد شام یارات کے کھانے میں سرکی جاتی ہیں۔ رات کے کھانے میں کافی، چاکلیٹ اور سوپ سے بریڈ کھائی جاتی ہے۔ تاشا، انڈوں، ٹاکوز، انجیلا ڈا، برنڈو اور گوشت وغیرہ پر مشتمل ہوتا ہے۔ فرٹیش جوس، ہیز اور ایت بریڈ بھی مانتے کا حصہ ہیں۔

## کارنز

اپنی قدیم روایتوں کو برقرار رکھتے ہوئے میکسیکن لوگ ہر کھانے میں کسی نہ کسی طرح کارنز کا استعمال کرتی رہے ہیں۔ گندم اور اٹل ٹور کے باوجود کارنز ٹور آنے کی مقبول قسم ہے۔ یہ کئی طرح کی ریسیپز میں استعمال ہوتا ہے۔ کارن ٹور سے بنے ٹاکوز، ٹورٹلا، انجیلا ڈا وغیرہ شوق سے کھائے جاتے ہیں۔

## ریڈ چلی

دوسرا بنیادی جزو ریڈ چلی یعنی سرخ مرچ ہے۔ یہ تیز، چمکی مرچ میں سٹار، سوسر، ہیزیک، وغیرہ کا لازمی جزو ہے۔ "چلی کادون کریں" اور "چلی ایڈیٹ" مقبول ڈشز ہیں۔

## ڈیززٹس

ڈیززٹس میکسیکن فوڈ کا نمایاں حصہ ہیں۔ ٹنڈے اور گرم ڈیززٹس شوق سے کھائے جاتے ہیں۔ میکسیکن کیڈی یہاں کا مقبول ڈیززٹ ہے۔ یہ کئی طرح کی اینکال پر مشتمل ہوتی ہے۔ ڈیززٹس میں چاکلیٹس بھی استعمال کی جاتی ہیں۔

# FOTILE®

## Three Challenges



**Be not afraid of deep fry**  
Cooking deep fry is messy and greasy. It's a big challenge for you. But with Fotile, you can enjoy deep fry without any mess.



**Say good bye to greasy face**  
Cooking deep fry is messy and greasy. It's a big challenge for you. But with Fotile, you can enjoy deep fry without any mess.



**No worry about open kitchen**  
Cooking deep fry is messy and greasy. It's a big challenge for you. But with Fotile, you can enjoy deep fry without any mess.



LAHORE: 042-111-131517 • KARACHI: 021-111-131517 • ISLAMABAD: 051-570921-17

051-570921-17

WWW.FOTILE.PK

HOODS

HOODS

Electric Ovens

Microwave Ovens

Steam Ovens





# N.M.FURNISHERS

Now  
In  
Karachi.



where comfort & novelty go parallel

Gujrat

Islamabad

Lahore

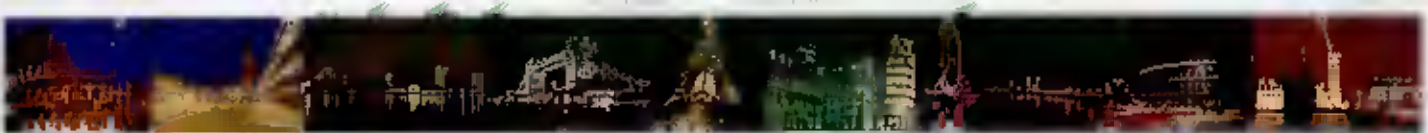
Sialkot

Karachi

Dubai

www.nmfurnishers.co

UAN: 92-53-111-111-162



ISO 9001-2008  
Certified company

euro

Smart Solutions  
MATTRESS

Bonnell & Pocket  
spring mattresses



**EURO**  
INDUSTRIES

**PAKISTAN**

21 C-111, Gulberg 111 M.M Alam Road,  
Lahore - Pakistan.  
Cell: +92(0)3008720371  
Sargodha Road , Gujrat (50700) - Pakistan  
Tel: +92(0)533514978

56 Elm Drive, Harrow,  
Middlesex Ha2 7BY  
United Kingdom  
Tel: +442088637718  
Fax: +442088637724

E-mail: [info@euroindustries.co](mailto:info@euroindustries.co)  
Web: [www.euroindustries.co](http://www.euroindustries.co)  
Web: [www.euromattress.co.uk](http://www.euromattress.co.uk)



an Inspiration

# Shafaq

*Amran*



**شفیق کا مران** تعلیم حاصل کرنے کے بعد انھوں نے اپنی صلاحیتوں کو دکھانے اور ان کے بل بوتے پر وہ باادار انداز میں ملکی معیشت میں اپنا کردار ادا کر رہی ہیں۔ بہت سی دوسری خواتین ان کے سیلون پر سرزد گاہکی ہیں۔ ان کے سیلون میں ہر شے کی خواتین کے لیے ایک اپنی شکل یعنی کیچہ ہیرا شائل اور برا ہڈیل سبک اپ کی سہولیات مناسب بجٹ کے مطابق مریا کی جارہی ہیں۔ ان کی کامیابی میں ان کے شو ہرٹی سسٹم، ہتھیلی اور جوہلا افزائی کا بھی بہت اہم کردار ہے۔ ان سے کئی گفتگو، ہینٹا گھر بلو خواتین اور دو کنگ وومن کے لیے مفید ثابت ہوگی۔

خواتین کامیابی سے کام نہ کر رہی ہوں۔  
**شفیق آہٹیل:** بہت سے لوگ ابھی بھی خواتین کی جانب کے خلاف ہیں، ان کے بارے میں کیا کہیں گی؟  
**شفیق:** خواتین کے ساتھ بہت زیادتی ہے۔ ان کے پاس ہنر، علم اور صلاحیت تو انہیں پیش بھی دینا چاہیے۔ تاہم خواتین کو بھی چاہیے کہ گھر کا نظریہ متاثر نہ ہونے دیں۔ بہت سے کام خواتین گھر بیٹھ کر بھی کر سکتی ہیں۔ کم از کم ان کا دل سے انہیں دو کنگ نہیں چاہیے۔  
**شفیق آہٹیل:** گھروں کا کام میں وقت کب سے بچا کر رہی ہیں؟

کے مران سے آشنا ہیں۔  
**شفیق آہٹیل:** آپ کے خیال میں آج کل لڑکیوں کا جاب کرنا کس حد تک ضروری ہے؟  
**شفیق:** اگر حالات دیکھ کر بات کریں تو یہ حد ضرور ڈال ہے۔ جس قدر ہر پہلی ہو گئی ہے۔  
 سارا چونی دواؤں کا کام نہ کریں، تو کسی کا سپر پیلہ مشکل ہو جاتا ہے۔  
 خواتین میں بھی اس دماغ سے شعور پیدا ہوا ہے۔ اب باڈن ڈانٹ والا تو باڈن نہیں رہا۔  
**شفیق آہٹیل:** آپ کے خیال میں خواتین کے لیے کون سے شعبے مناسب ہیں؟  
**شفیق:** ایسے بہت سے شعبے ہیں جو ہونی خواتین گھر میں یا گھر سے باہر جانا کر سکتی ہیں۔ سہری بہت ہی فریڈ ونگلنگ اور کونگ کی فیلڈ سے وابستہ ہیں۔ اس کے علاوہ خواتین پونک کولنگ کن ہیں۔ پارا چوکن ہیں۔ ٹورس ڈیڈ ونگ، میک اپ، کونگ، پیکنگ، میڈیکل اور ایسی بہت سی فیلڈ ہیں۔ موجود دور میں شاید ہی کوئی ایسا شعبہ ہو جس

**شفیق آہٹیل:** اپنے بارے میں کیا کہیں؟  
**شفیق:** میں نے پنجاب ایجوکیشن سے MFA کیا۔ پھر وہیں پرنٹو پبلیشر باب بھی کی۔ وٹرا، پوزوٹی میں بھی پبلیشر رہی۔ اب میں اپنا سیلون چلا رہی ہوں۔  
**شفیق آہٹیل:** آپ کے سیلون کا کیا نام ہے؟  
**شفیق:** The Sens 7th سنشن ایڈ کائی۔  
**شفیق آہٹیل:** سبک اپ کی بلڈ کی طرف رجحان کیسے ہوا؟  
**شفیق:** میں بڑا ہی پریچر ہوں، اس لیے مجھے دماغ سے لگاؤ تھا۔ سبک اپ بھی بگڑی گئی تھی کیل ہے۔ جب میں اپنا سبک اپ کرنی تھی تو سب غریب کرنے تھے۔ پھر میں نے یہ سوچا کہ ہر مہنگی کیے۔ لوگوں کی غریب کن کر شے محسوس ہوا کہ وہ فیلڈ میں کچھ کیا جاسکتا ہے۔ میں گھر میں یہ کام کرنی رہی۔ گزشتہ چار سال سے اپنا سیلون چلا رہی ہوں۔  
**شفیق آہٹیل:** آپ کو اپنے شوہر کی طرف سے کبھی مسائل کا سامنا کرنا پڑا؟  
**شفیق:** نہیں، والد کا شکر ہے کہ وہ بہت زیادہ Cooperative ہیں۔ وہ میرے ساتھ کامیابی کر رہے ہیں۔ میں سبک اپ ڈیولٹ رہی اور میرے شوہر کو ڈرگرافٹ اور کنگ ڈیڈ انٹری ہیں۔ ہم دونوں ایک دوسرے

## انٹیلڈ میں آنے سے پہلے گھر کو منہبوط و متحکم کریں تاکہ آپ کی بنیاد منہبوط ہو

**شفیق:** میرا سیلون چلنے لگے گھر کے ساتھ ہی ہے تو میں دونوں کو بیک وقت دیکھ سکتی ہوں، بعض اوقات دونوں کا ساتھ چاہنے کے لیے خود ہی بہت قربانی بھی دینی پڑتی ہے۔ کچھ باتوں پر کبھی راز کرنا پڑتا ہے۔ سب کی محنت اور لگن ہیں، دونوں مہنگاوت آسان ہونی چاہتی ہیں، اس کے لیے کئی کئی اسپرٹ بھی بہت ضرور ہونی ہے۔  
**شفیق آہٹیل:** مستقبل کا کیا پلان ہے؟  
**شفیق:** اپنے کام کو مزید بڑھانا چاہوں گی۔ میری کوشش ہے کہ اس کام میں کونساں لادوں۔  
**شفیق آہٹیل:** اپنے بچے کے بارے میں کیا کہیں؟



# Perfect 5 in minutes

وقت کے ساتھ ساتھ جہاں اور بہت سی چیزوں میں تبدیلی آتی ہے، وہیں میک اپ کرنے کے رجحانات بھی بہت حد تک بدل گئے ہیں۔ یہ دو وقت نہیں کہ جب خواتین دن بھر سٹیٹوں میں اپنی باری کے انتظار میں بیٹھی رہتیں۔ برقی ہوئی مصروفیت کے پیش نظر خواتین روزمرہ روٹین میں یہ کام گھر میں ہی سرانجام دے سکتی ہیں۔ اس کے لیے گھنٹا دو گھنٹا اور کارٹیکس بلکہ صرف پانچ منٹ چاہیے۔ تیباں، ہاتھی، بجائے ہی تیار ہو جائیں۔ وہ کیسے؟ یہ دیکھ لیجئے۔

- سب سے پہلے اپنی جلد کی رنگت کے مطابق فائوڈیشن لیں اور چہرے، گردن پر اپلائی کریں۔ اس کے لیے اسپرے کا استعمال کریں۔ کچھ خواتین ہاتھوں کی انگلیوں سے ہی بڑی مہارت کے ساتھ فائوڈیشن اپلائی کر لیتی ہیں۔ فائوڈیشن اپلائی کرتے وقت دھیان رہے کہ یہ چہرے پر بھنے نہ پائے۔ انگلی اور معیاری فائوڈیشن استعمال کریں۔

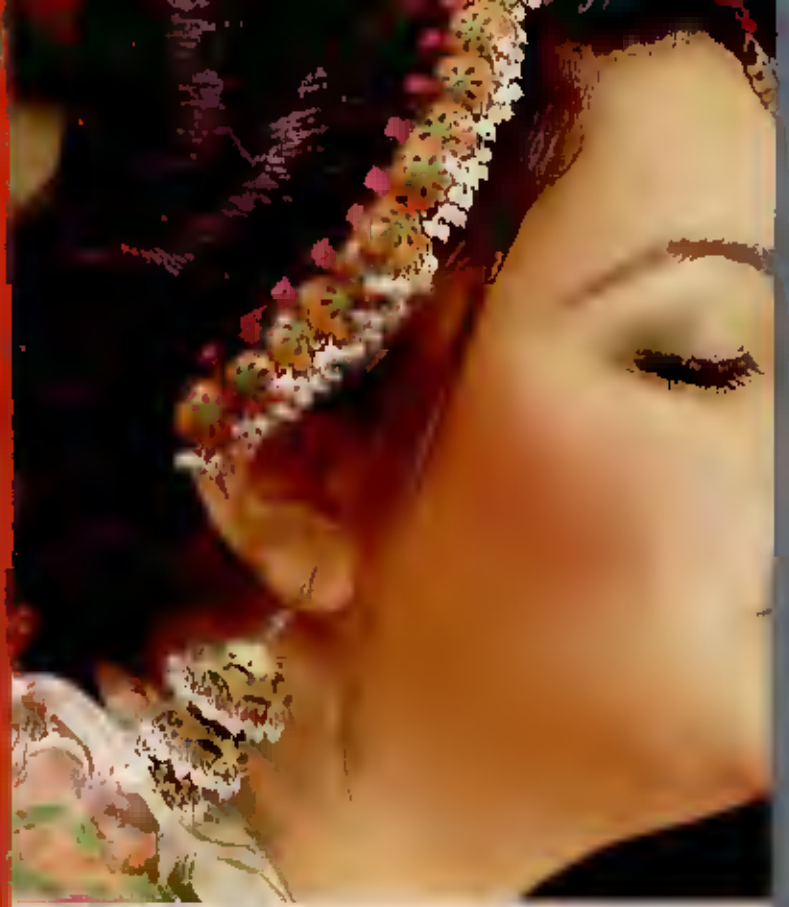
- اب سکارا لیں اور بالوں پر دو سے تین کوٹ کریں۔ اس سے ٹیکسٹس گھنی معلوم ہوں گی۔ مہارت اور جتن سے کامل پنسل اور لائٹر لگانے کی پریکٹس ہو تو وہ بھی لگے لیجئے۔ ورنہ ایک دن کامل پنسل اور ایک دن لائٹر کا مختلف رنگائی رے سکتی ہیں۔

- ہونٹوں پر سٹیپل لگائیں۔ بیچ اور چنگ لٹوس نیچرل اور نیلے معلوم ہونے ہیں۔ کسی بھی موقع پر اور کسی بھی طرح کے لباس کے ساتھ یہ لٹوس استعمال کیے جاسکتے ہیں۔

- آخر میں ٹیش آن لگائیں۔ ٹیش آن کا شیڈ بھی جلد کی رنگت کے مطابق ہونا چاہیے۔ اسے لگانے کے لیے تھوڑی مہارت درکار ہے۔ بہت زیادہ ٹیش آن نہ لگائیں۔

- اب گھڑی بھی چیک کریں اور آئینہ بھی دیکھ لیں۔ یقیناً پانچ منٹ میں آپ کا میک اپ مکمل ہو چکا ہے۔ یہ میک اپ باؤس، آئف، کالج اسٹوڈنٹس اور ورکنگ دوسن کے لیے بہترین ہے۔ میک اپ کے لیے کاسٹیکس داڑھی پروف ہونی چاہیے۔

- اس کے بعد باکس ہاؤس سائز اسٹائل بنا لیں۔ آج کل میک کو میٹنگ بالوں کا مقبول اسٹائل ہے۔ اس سے خوب صورت انداز میں بال بندھے بھی رہتے ہیں اور کام کے دوران ان سے الجھن بھی نہیں ہوتی۔ اس کے علاوہ پانی یا پاکیا جواز بنائیں۔ آٹھی طرف سے بال گھا کر دول کریں اور ٹولوں کے پیچھے بیڑیوں کے ذریعے بانڈ لیں۔ یہ بیڑی اسٹائل بھی پسند کیا جاتا ہے۔ یہ سب تیاری کرنے کے بعد تسلی سے اپنا کام کرتی رہیں۔



## خواتین میں کمپر و مائز کرنے کے صلاحیت تقریباً ختم ہو چکی ہے

**شفیق:** نیری کوشش ہوتی ہے کہ کابحت کو اس کے بچت کے مطابق ڈالیں کریوں۔ اگر کوئی انورڈ نہیں کر سکتا تو اسے اس کے بچت کے مطابق سر میں مہیا کی جاتی ہے۔ اسٹوڈنٹس اور ریگولر کانسٹس کے لیے رمانچا بکھڑ ہیں۔

**شفیق:** کالج گرلز کو کوئی بھی ٹپ دینا چاہی ہے؟

**شفیق:** آج کل لڑکیوں میں میک اپ پر توجہ دیتی ہیں لیکن اسکن پر نہیں۔ اسکن پر توجہ دینا بہت ضروری ہے۔ اس کے لیے اور کچھ ٹپس تو روزانہ کھڑنگ ضرور کریں۔

**شفیق:** شیف آپٹیکل: ورکنگ دوسن کے لیے کوئی بنام؟

**شفیق:** صحت اور لگن سے کام کریں۔ آج کل خواتین میں کمپر و مائز کرنے کے صلاحیت تقریباً ختم ہو چکی ہے لیکن بہت سی باتوں پر کمپر و مائز کرنا پڑتا ہے۔ نلڈس آنے سے پہلے کمر کو مستعد و اسٹیکم کریں تاکہ آپ کی بنیاد مستحضر ہو۔

## نامم شینجمنٹ شپ

جدید ٹیکنالوجی اور Home Appliances کا استعمال کرتے ہوئے کم سے کم وقت میں کام سرانجام دیں۔ مثلاً کپڑے دھو کر ہینڈ میں سکتا ہے جائیں۔ کوئنگ کے لیے مائیکرو ویو اوون، گرل وغیرہ کا استعمال کریں۔ مگر انڈیا اور چین کے جانے والے آراء کے ہنڈ بھر کے لیے بیسٹ بنا کر دکھائیں۔ کپڑے پر پین کرنے سے پہلے واٹر سپرے ہوکل سے اسپرے کر لیں تاکہ جلد سوزنی ہو جائیں۔ آئف جانے کے لیے تیاری میں کم سے کم وقت لیں۔ آسان بیڑی اسٹائل کا انتخاب کریں۔ لپ ٹیکس اور سکارا لگائیں اور باقی میک اپ پارٹی یا کسی فنکشن کے لیے چھوڑ دیں۔

یہ یاد رکھیں کہ آپ انسان ہیں نہیں۔ اتالی کام کریں جتنا آسانی سے کر سکتی ہیں۔ اپنے لیے وقت نکالیں۔ جب تک آپ بیسٹ وقت مند ہیں تب تک ہی تمام کام بخوبی سرانجام دے سکتی ہیں۔ اس کے لیے ضروری ہے کہ گھر کے کام گھر کے دیگر متعلقہ اطراف میں بھی پائیں۔ چوٹے موٹے کاموں میں بچوں کو بھی شریک رکھیں۔ اس سے کام کا بوجھ رٹ جائے گا۔





# Kitchen cosmetics

خدیجہ اقبال

## بیسن کا آئین

بیسن نہ صرف جلد کی حفاظت اور صفائی بلکہ اینٹی کے مسائل کے لیے بھی ضروری ہے۔ بیسن کے اکثر استعمال سے جلد ناکت ہوتی اور مردہ خلیات کا خاتمہ ہوتا ہے۔ بہترین نتائج کے لیے اس میں دودھ، لیموں کا رس اور بلدی کس کر کے چہرے پر لگائیں۔ بیسن کا آئین بنانے کے لیے دو چمچ بیسن میں ایک چائے کا چمچ لیموں کا رس، دو چمچ بلدی اور پانچ چمچ دودھ شامل کر کے اچھی طرح کس کر لیں۔ پھر چہرے اور گردن پر لگا کر خشک ہونے کے بعد تازہ پانی سے دھو لیں۔ آئین کا استعمال ہفتے میں دو بار کریں۔ ماسک خشک ہونے پر رگڑ کر گزندہ اتاریں بلکہ تھپتھپاتھوں سے ہٹا لیا مساج کرتے ہوئے اتاریں۔

مردوں، گلاب کی تیلوں، نیم اور صنوبر دھیرہ کے آئین سے بھی

## قدرتی اجزاء سے تیار کردہ آئین اور فیس ماسک جلد کے بہترین دوست ہیں

چہرے کی جلد نکھر جاتی ہے۔

## لگانے کا طریقہ

کسی بھی قسم کا آئین لگانے سے پہلے چہرہ اچھی طرح سے صاف کریں۔ اولیہ آئین یا کھن سے چہرے کا مساج کریں اور بھاپ لیں تاکہ مساج اچھی طرح عمل جائیں۔ اس کے بعد آئین لگائیں۔ آئین لگانے کے بعد بات چیت نہ کریں اور کم از کم ایک گھنٹے بعد تک دھوپ میں نہ جائیں۔ آئین اتارنے کے بعد ٹھنڈے اور تازہ پانی سے چہرہ دھوئیں۔ اس کے لیے صابن استعمال نہ کریں۔ بہترین نتائج کے لیے ہفتے میں کم از کم ایک مرتبہ آئین ضرور استعمال کریں۔

مشاف اور سرخ و سفید رنگت کی خواہش ختم ہونے کو ہوتی ہے۔ یہ خواہش تہواروں اور فنکشنز کے مواقع پر اور بھی زور پکڑ لیتی ہے کیوں کہ پینکی رنگت اور اینٹی کے مسائل آپ کے مزاج اور شخصیت کی تازگی اور شگفتگی پر بھی اثر انداز ہوتے ہیں۔ موجودہ دور میں چونکہ مصروفیت کی وجہ سے خواتین کا پارہا پارہا اور فیشن، مساج کے لیے وقت نکالنا مشکل ہوتا ہے لہذا گھر میں ایسے ٹوٹے استعمال کیے جاسکتے ہیں جن سے کم از کم چہرے، ہاتھوں اور پاؤں کی جلد کا خیال رکھا جاسکتا ہے۔ غرض دراز سے خوب صورتی کے حصول کے لیے قدرتی اجزاء پر مشتمل آئین کا استعمال کیا جاتا رہے۔ آج بھی شادی بیاہ کے مواقع پر لڑکیوں کو آئین لگانا یا جاتا ہے تاکہ وہ شادی کے دن خوبصورت دکھائی دے۔ عید کے بعد چونکہ شادی بیاہ کی تاریخ بھی رکھی جاتی ہے، اس لیے اس میں روج ذیل ماسک اور قدرتی آئین آپ کی جلد کے لیے سفید ثابت ہوں گے۔ یہ آئین بنانا خاصا آسان کام ہے۔ لیکن اس میں دو سے تین اجزاء سے آپ کوئی طرح کے آئین اور ماسک تیار کر سکتی ہیں۔ جن سے آپ کی جلد پر رحمت انگیز اور خوش گو اور اثرات مرتب ہوں گے۔

## صاف

## چاول سے تیار کردہ آئین

آدھا کپ دودھ میں چار چائے کے چمچ چاول بھگوئیں۔ بیس منٹ بعد انھیں پھین لیں۔ اس آئین سے بیس ایک چائے کا چمچ زیتون کا تیل کس کر کے گردن اور چہرے پر لگائیں اور پکا پکا مساج کریں۔ اس سے جلد کی جھریاں اور سیاہ پن دور ہو جائے گا۔

## مسور کی دال کا آئین

آدھا کپ دودھ میں تین چائے کے چمچ مسور کی دال اور ایک باوا م ذال کر مات بھر بھگو دیں۔ صبح تیس کر چہرے، گردن اور ہاتھوں پر لیں۔

## جو کا آئین

چار چائے کے چمچ جو کے آٹے میں تیس یا دوہ ملا کر گاڑھا آئینہ بنا لیں۔ چہرے، ہاتھوں اور گردن پر باقاعدگی سے لگائیں۔ اس سے جلد صاف ستھری اور گھری محسوس ہوتی ہے۔

## شہد اور بادام کا آئین

چہرے کو نرم و ملائم اور خوبصورت بنانے کے لیے پانچ باوا م، چار کپ دودھ میں چھوٹا کر مات بھر کے لیے رکھ دیں۔ صبح ان باوا م



کے چمچ آٹا دیں۔ پھر بیس کر صوف بنائیں۔ باوا م کے صوف میں ایک چائے کا چمچ شہد اور ایک چائے کا چمچ بلک پاؤڈر ملا کر ہفتے میں کم از کم دو مرتبہ استعمال کریں۔

## چنے کی دال کا آئین

دو کھانے کے چمچ چنے کی دال اور دو کھانے کے چمچ مونگ کی دال آدھے گھنٹے تک پانی میں بھگوئے کے بعد پھین لیں۔ اس آئین سے تیس خورزی کی بلدن اور آدھا چائے کا چمچ بادام کا تیل کس کر کے ہاتھوں اور چہرے پر لگانے سے رگت میں نکھار پیدا ہوگا۔

# BLACK ROSE<sup>®</sup> Supreme

HAIR COLOR  
*with*  
*Silicon Conditioner*



also available in  
different shades

- |                |               |                       |
|----------------|---------------|-----------------------|
| 1 BLACK        | 2 BROWN BLACK | 3 DARK BROWN          |
| 4 MEDIUM BROWN | 5 LIGHT BROWN | 6 DARK MCHAGNY BLONDE |



# Microwave Oven

## پکانے میں سہولت، وقت کی بچت

وقت اڑنے، ہانی چھینٹوں سے بچنے کے لیے استعمال ہوتا ہے جبکہ ہمیں بدل اضافی فی جذبہ کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

مائیکرو ویو میں پکاتے وقت کھانے کو پلٹتے رہیں۔ تاکہ خوراک دونوں طرف سے اچھی طرح پک جائے۔

پکانے کے دوران خوراک میں توانائی یکساں تقسیم کرنے کے لیے چمچ سے کھانے کو ہلاتے رہیں۔ جتنی دیر کے لیے کھانا گرم ہونے کے لیے رکھا جاتا ہے، اس وقت کا خیال رکھیں اور ضرورت سے زیادہ حرارت میٹ نہ کریں۔

مائیکرو ویو اور اپنی تاریخ کی جدید ترین appliances میں ہوتا ہے۔ سائنسی دور کی ان appliances سے جہاں کھانا پکانا بہت آسان ہو گیا ہے وہیں وقت کی بچت بھی ہوتی ہے۔ خواتین جو پہلے کئی گھنٹے تک کھانے میں لگنا پکانے اور دوبارہ گرم کرنے میں لگی رہتی تھیں اب مائیکرو ویو اور ان کے ذریعے دو چر حرارت اور ٹائم سیٹ کر کے کھانا پکانے اور گرم کرنے کے ساتھ کوئی دوسرا کام بھی کر سکتی ہیں۔ یہ یا در ہے کہ مائیکرو ویو اور ان بنیادی طور پر کھانا گرم کرنے، semi-cooking اور salt cooking کے لیے استعمال ہوتا ہے۔

اس میں ازبھی ہر رنگہ مساوی یعنی ایک جیسی تقسیم ہوتی ہے۔ اگر پکاتے وقت ڈش کو ٹائل سے ڈھک دیا جائے تو یہ چلتی نہیں۔ فہر اس موجودگی سے گرمی ہر جگہ برابر تقسیم ہوتی ہے۔ تاہم خوراک کا سائز یا گوشت کے ٹکڑوں کی مقدار ڈش میں یکساں طور پر رکھی ہونی چاہیے۔

اگر پکائی جانے والی کوئی چیز رکھیں سے کچی ہوتی ہے تو اسے صاف

### مائیکرو ویو ازبھی کیا ہے؟

مائیکرو ویو اور ان کی لہریں اپنے فریکوئنسی ریڈیو ویو سے ملتی جلتی ہوتی ہیں۔ مائیکرو ویو اور ان میں موجود مائیکرو ویو کی گولڈن ویو میں تبدیل کر دیتا ہے۔ مائیکرو ویو اور ان کا ازبھی اسٹارٹ فن ہلاتے ہی یہ لہریں بنتا شروع ہو جاتی ہیں جن سے حرارت پیدا ہوتی ہے جو کھانا پکانے کے لیے معاون ثابت ہوتی ہے۔

خواتین اب مائیکرو ویو اور ان کے ذریعے دو چر حرارت اور ٹائم سیٹ کر کے کھانا پکانے کے ساتھ کوئی دوسرا کام بھی کر سکتی ہیں

### مائیکرو ویو اور ان میں استعمال ہونے والے برتن

مائیکرو ویو اور ان میں استعمال ہونے والے برتن اس کی ازبھی جذب نہیں کرتے۔ بازار میں ایسے بے شمار برتن دستیاب ہیں جو مائیکرو ویو اور ان کے لیے قابل استعمال ہوتے ہیں۔ مائیکرو ویو اور ان میں استعمال ہونے والے برتن میں ایک گلاس پانی بھر کر ایک صاف کے لیے اور ان میں گرم کریں۔ اگر پانی کے ساتھ برتن بھی گرم ہو جائے تو یہ اور ان کے لیے قابل استعمال نہیں۔ ایسے تمام برتنوں میں کوئی بھی چیز پکانے سے گریز کریں جن کے کناروں پر کوئی دھات موجود ہو۔ دھات کی چیزوں سے مائیکرو ویو ازبھی منکسر ہوتی ہے۔

### مائیکرو ویو اور ان میں کھانا پکانے کے چند اصول

مائیکرو ویو اور ان میں کھانا پکانے کا سب سے زیادہ ناکہ یہ ہے کہ



پرفورمل کی میٹاں لگائی جاسکتا ہے تاکہ آپ اسے کچھ دیر کے لیے اور ان میں رکھیں تو جو حصہ پکا ہوا ہے وہ کھانے سے اور ٹیم پکے ہوئے میں مکمل طور پر پک جائیں۔

مائیکرو ویو اور ان میں پکائی جانے والی اشیاء کو مائیکرو ویو ڈش کے ڈھکن، پلاسٹک ریپ، ویکس پیپر اور مائیکرو ویو پیپر سے ڈھکا جاسکتا ہے۔ پکاتے وقت چیزوں کو ڈھکنے سے خوراک کی نمی خوراک کے اندر ہی موجود رہتی ہے۔ پلاسٹک ریپ استعمال کرتے وقت خیال رکھیں کہ ایک کونے سے تھوڑی سی جگہ کھلی رہے تاکہ ہوا باہر نکل سکے۔ کھولنے وقت احتیاط سے کام لیں کیوں کہ اس میں بھاپ اٹھتی ہو جانے سے جلد کے پھلنے کا خدشہ بھی ہوتا ہے۔ واضح رہے کہ ویکس پیپر کھانا پکاتے

### احتیاطی تدابیر

- اور ان میں کھانا پکاتے ہوئے تیلی کر لیں کہ اس کا روز وادھگی طرح سے بند ہے۔ کھلے دروازے کے ساتھ مائیکرو ویو اور ان استعمال کرنے اور چلانے کی کوشش نہ کریں کیوں کہ اس سے مائیکرو ویو ازبھی میں خطرناک دھماکا ہو سکتا ہے۔
- آگ لگنے، پھٹنے، شاک اور دھمکے سے خطرات سے بچنے کے لیے اور ان کو خالی نہ چلائیں۔
- اور ان کو بطور نعمت غلط استعمال نہ کریں۔ اس میں کاغذ، لک بک یا برتن وغیرہ مت رکھیں۔
- اور ان کی گھاس پیٹ کو بھی اچھی طرح دیکھیں۔
- سین لگی ہوئی بوتلوں یا جار کو اور ان میں رکھنے سے پہلے ان کی سیل بحال کریں۔
- ری سائیکل کی بوٹی کا گنڈ کی مسنوعات کو اور ان میں استعمال نہ کریں کیوں کہ ان میں موجود خاص اجزاء کھانا پکاتے کے دوران آگ لگنے کا سبب بن سکتے ہیں۔
- تیلے والی کوئی بھی چیز اور ان میں مت رکھیں کیوں کہ ڈھپ فرائی یا آئل گرم کرنے سے اور ان کے آگ پکڑنے کا خطرہ رہتا ہے۔





# Tomato Sauces



**Salman Corporation (Pvt.) Ltd.**

42 Lehtar Road, P.O. Tarlai, Islamabad, Pakistan. Ph: (+92 51) 224-1291, 224-1370, 224-4364 & 224-4365

Fax: (+92 51) 224-1738, E-Mail: [customercare@salmans.co](mailto:customercare@salmans.co), Website: [www.salmancorp.com](http://www.salmancorp.com)





## پیئر اینڈ پیچ ڈیلائیٹ

### اجزاء

ہسپالی	: 2 عدد
وز	: 2 عدد
کالانک	: 1/2 چائے کاس
لبوں کاس	: 2 کمانے کاس
پین	: حسب ذائقہ
برف	: حسب ضرورت (گما ہون)
پانی	: دو کاس

### ترکیب

- ناشائی اور آدھ چھیل کر کاٹ لیں۔
- لیٹرز میں ناشائی آدھ کالانک، لبوں کاس، پانی اور پین
- ڈال کر اچھی طرح بلینڈ کریں۔
- برف ڈال کر مزہ چھینڈ کریں۔
- تیار ہونے پر نشتر اٹھنا سزا کریں۔

## روسٹ میٹ سیلڈ

### اجزاء

ٹماٹر	: 1 عدد (بے سائز کاٹ لیں)
پلیٹن غلہ مرغ	: 1 عدد (بے سائز کاٹ لیں)
ہینٹ اسٹیک	: 1/2 کلو (سائز)
چیز (ہونڈ)	: 1/4 کپ
اوبیو آئل	: 3 کمانے کاس
پائن نس	: 2 کمانے کاس
گرین لوز	: حسب ضرورت

### ڈریسنگ کے لیے

اوبیو آئل	: 4 کمانے کاس
ہائسک ہینر	: 3 کمانے کاس
شید	: 1 کمانے کاس
لسین	: 1 چم (ہونڈ)
نک	: 1/2 چائے کاس
کالی مرچ باؤڈر	: 1/2 چائے کاس

### ترکیب

- ٹماٹر اور غلہ مرغ میں 1 کمانے کاس چم اوبیو آئل بکس کر کے پھلے سے 350° F پر گرم اوبیو آئل میں ڈنکائی کریں کہ تقریباً خشک ہو جائیں۔
- پائن نس کو ہین میں ڈرائی روست کر لیں۔
- ہینٹ اسٹیک گرم کر کے اس میں ہینٹ فرائی کریں۔
- ڈریسنگ کے تمام اجزاء بکس کر لیں۔
- سرہنگ پلیٹ میں گرین لوز بچھا لیں۔
- اوپر فرائڈ ہینٹ، پائن نس، ڈریسنگ، چیز اور بیک کی ہوئی ہیز ڈاں رکھ کر فریش سزا کریں۔









# اسٹیشن بیف اسکیمورز

شیف ڈاکٹر Special



## ترکیب

- بیف پرنک اور لارک اسٹین پیسٹ کا ایک کھٹے کے لیے رکھیں۔
- ایک پاڈل میں جلد، براؤن شوگر، سو پاسوں، 2 کھانے کے چمچ سرکہ کرنی پیسٹ اور آئل اچھی طرح مکس کر لیں۔
- اسکیمورز پر پیسٹ کی بڑی پیاز اور پائن اپنل پڑھا لیں۔
- برش کی مدد سے دوسرا ان پرائنگ لیں اور گرل کر لیں۔
- نوڈلز میں باقی سرکہ مکس کر کے سرنگ ڈسٹ میں ڈالیں۔
- اوپر بنا کر اسکیمورز رکھیں۔
- برے، چھتے، پھر خشک کر کے گرم گرم ہر ہر کریں۔

## اجزاء

- |                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| 1 کلو (10 کلو گرام)    | بیف               |
| 1/2 کپ                 | نہد               |
| 1/2 کپ                 | براؤن شوگر        |
| 1/2 کپ                 | سو پاسوں          |
| 1 کھانے کا چمچ         | خالی ریڈ کری پیسٹ |
| 1 کھانے کا چمچ         | براؤن شوگر (بڑا)  |
| 1 کھانے کا چمچ         | لارک اسٹین پیسٹ   |
| 3 کھانے کے چمچ         | سرکہ              |
| 3 کھانے کے چمچ         | ریڈی ٹیبل آئل     |
| 1 عدد (کیوری)          | پیاز              |
| 1 کپ                   | پائن اپنل (کیوری) |
| 1 ایکٹ (ڈال لیں)       | چائیکورز نوڈلز    |
| حسب ذائقہ              | نمک               |
| حسب ضرورت (پائن پٹھوں) | ڈالون اسکیمورز    |

Free Delivery

پھر کے لیے شیف ڈاکٹر کی کتاب

Available Now



# The Ultimate

Smart Grilling ■■■



Bar-B-Q  
gas grill



*Modern &*  
Unique

*a natural cooking style in natural environment*



[www.canonappliances.com](http://www.canonappliances.com)

Head Office: 132 Rehman Chamber, Link Temple Road, Lahore.  
Ph: 042-37113830, Fax: 042-36370582 Email: [info@canonappliances.com](mailto:info@canonappliances.com)



# لیمب ریب ڈمنٹ چٹنی

شیف ذاکر Special



## ترکیب

- میری ٹیشن کے تمام اجزاء اچھی طرح کس کر لیں۔
- اب گوشت کس کر کے 2-1 گھنٹے ڈیفریجز میں دکھویں۔
- پھر کھن سے برقی کر کے کر ل کر لیں۔
- چٹنی کے لیے دہنی اور لہوں کے تیل کے ساتھ تمام اجزاء کوٹ لیں۔
- دہی اور لہوں اچھی طرح صیبت کر اس میں چٹنی کس کر دیں۔
- سردنگ ٹری میں فریڈر ہڈر رکھیں۔
- اوپر چٹنی ڈال کر پورے سے سجھا کر سروس کریں۔

## منٹ چٹنی کے لیے

- پود ہڈ : 1/2 کھٹی (کات میں)
- برقی مرچ : 4-5 عدد
- نمک : 1/2 چائے کاجی
- سرخ مرچ پاؤڈر : 1/2 چائے کاجی
- لہوں کا دس : 1 کھانے کاجی
- دہی : 1 کپ

## اجزاء

- لیمب ریب : 6-8 عدد
- کھن : فریڈنگ کے لیے (ہینڈل)
- میری ٹیشن کے لیے
- تند ہرنی مصالحہ : 1 کھانے کاجی
- زبرد (تیل) : 1/2 کھانے کاجی
- بادام (پستے سے) : 2 کھانے کاجی
- دہی : 1/2 کپ
- برہڈر گریز : 1/2 کپ
- لہوں کا دس : 1/2 کپ
- نمک : حسب ذائقہ
- کالی مرچ پاؤڈر : حسب ذائقہ



A Refreshing Way Naturally

آفتاب قرشی

سندل

آفتاب قرشی®

قدرتی سندل کی نیچرل ریفریشنگ کا ٹھنڈا میٹھا احساس



Aftab Qarshi Dawakhana: Muzamil Town, 20-Km, Multan Road, Chong, Lahore. Ph: +92-42-37511532-3.  
Web: www.aftabqarshi.com Email: aftabqarshi@hotmail.com  
www.facebook.com/AftabQarshi





شیف ڈاکٹر



## ملتان میٹن بریانی

### ترکیب

- گرم آئل میں پیاز بٹا فرنی کریں پھر لیمن اور اورنگ پیسٹ شامل کر کے بھجھیں۔
- اب میٹن ٹرانزینک، سرخ مرچ پاؤڈر، بلدی ٹائیٹ گرم مصالح اور تیز پات ڈال کر بھجھیں۔
- پھر اپنی مثال کر کے اٹھا لیں کہ میٹن گل جائے۔
- اب دہی، سٹا، سرخ اور آٹو ڈال کر بھجھیں۔
- جب آٹو گل جا کر پورے تھکے سے اتار لیں۔
- چمن میں 545 رائس چادوں کی تھکا کر میٹن مصالحہ بچھا لیں اور اس پر انڈے کی تھکا کر بیکری فریبہ ہرا لیں۔
- آخر میں ٹرانزینک پیاز اور درنگ چھڑک کر دم لگا دیں۔
- تیار ہونے پر 545 رائس گرم گرم سرد کریں۔

### اجزاء

1 کلو	میٹن
3 پاؤ (اکبر کا مال میں)	545 رائس
1 پاؤ	دہی
1/2 چائے لٹری	بلدی
2 چائے کے کچے	سرخ مرچ پاؤڈر
1 کھانے کچے	لیمن پیسٹ
1 کھانے کچے	اورنگ پیسٹ
1 کھانے کچے	ٹائیٹ گرم مصالح
چنگلی بھر (تھوڑے سے 100 سے میٹن میں)	زرور رنگ
2 عدد (ت میں)	آلو
2 عدد	تیز پات
2 عدد (ت میں)	ٹھنڈا سرخ
3 عدد (پہ چے)	پیاز
3 عدد (پہ چے)	ٹھنڈا
1 عدد (پہل کات میں)	انڈا
1/2 کپ	ٹرانزینک پیاز
حسب ذائقہ	تک
حسب ضرورت	آئل



ہر دانہ پرانا، لمبا اور خوشبودار

کھانے میں مزیدار

**GUARD**  
**BASMATI**  
**RICE**

# GUARD® BASMATI RICE



جیسے چاول میں باسمتی سب سے ہالا  
ویسے باسمتی میں گارڈ باسمتی سب سے اعلیٰ  
دو سال پُرانا چاول گارڈ باسمتی، سب سے لمبا اور خوشبودار  
نڈوٹے نہ بیٹھے، ہر دانہ رہے الگ الگ اور کھلا کھلا  
تو بڑھائیں اپنے کھانوں کی لذت، مہک اور  
دسترخوان کی رونق۔  
**گارڈ** باسمتی، خالص باسمتی!



8-Kilometer, Raiwind Road, Lahore-Pakistan.

UAN: 111-007-555 | Tel: +92 42 35320538 , +92 42 35320643-46 | Fax: +92 42 5320563

E-mail: info@guardrice.com | www.guardrice.com

WWW.PAKSOCIETY.COM





شیف ڈاکٹر Special



## چیزز بیف برگر

### ترکیب

- بیف چینی کے نام 170g، اچھی طرح مکس کر کے آدھے گھنٹے کے لیے رکھیں۔
- پھر بیف بنا کر مکسن میں تیل لٹرائی کریں۔
- برگر میں پرخن کا کڑوا کر نوٹ کریں۔ پھر ان پر ایلے نوز پھلاریں۔
- ایک حصے پر گرین لیوز بھجوا کر ان پر نوٹیں گا تیرا لٹیں۔
- پھر بیف تیار کر کے چھ ماٹس رکھیں۔
- پیاز اور ٹماٹو کا کڑوا دھرا حصہ پانچ رکھیں۔
- دوسرا برگر بھی اسی طرح تیار کریں۔
- سرور کرنے سے پہلے ماٹنگ اور ان میں اسٹ کے لیے گرم کر لیں۔
- فراڈ اور سیلا کے ساتھ سرور کریں۔

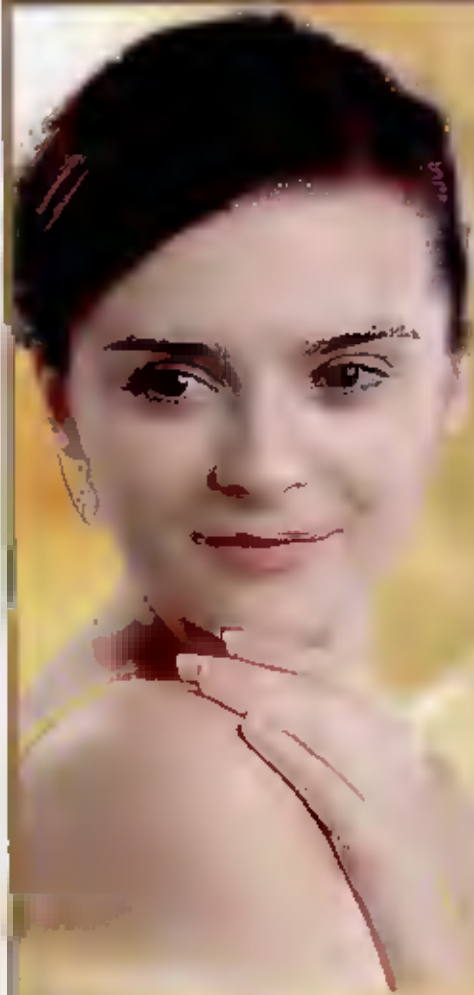
### بیف چینی کے لیے

- بیف : 1 کپ
- سویا سوس : 1 کھانے کا چم
- کالی مرچ پاؤڈر : 1/2 چم
- انڈیا (ملہوی) : 1 عدد
- نمک : حسب ذائقہ
- مکھن : فراڈنگ کے لیے

### اجزاء

- برگر میں : 2 عدد
- گاجر : 1 عدد (دو ٹکڑے)
- چیز ماٹس : 2 عدد
- ٹماٹر : 1 عدد (ماٹس کاٹ میں)
- پیاز (دو ٹکڑے) : 4+5 عدد
- مکھن : 1 کھانے کا چم
- ماپوئیز : 2 کھانے کے چم
- گرین لیوز : حسب ضرورت





# Whitening Series



## Anti-Freckle Kit

A winning combination of international quality for skin beauty



## Whitening & Repairing Cream

Day & Night protection







## بریز ڈبیف

شیف ذاکر Special



### اجزاء

ہینٹ	: 1 کلو
اٹلی بیٹ	: 1 چائے کلو
سرخ مرچ (کھنڈی)	: 1 چائے کلو
براون شوگر	: 1 چائے کلو
ادوک بیٹ	: 1 چائے کلو
ڈالی مرچ پاڈار	: 1 چائے کلو
ہڈنا	: 1 چائے کلو
بھین ز بیٹ	: 1 کھانے کلو
گرم مصالحہ پاڈار	: 1 کھانے کلو
سرکہ	: 2 کھانے کلو
چیرشاٹو	: 6 عدد
پیاز	: 2 عدد (1/2)
تختی / بیٹ اسٹاک	: 6 کپ
نک	: حسب ذائقہ
آئل	: حسب ضرورت

### ترکیب

- ہینٹ بنا دھا گرم مصالحہ پاڈا ڈبیف اور دکائی مرچ پاڈا ڈبیف کر دات بھر کے لیے دفتر بچ بٹریں رکھیں۔
- ہینٹ میں آئل گرم کر کے ہینٹ اچھی طرح بھریں پھر تختی ڈال کر کھنڈیک پکائیں۔
- دوسرے ہینٹ میں آئل گرم کر کے پیاز فرائی کریں۔
- بھرا ادوک بیٹ مٹائے کریں۔
- چیرشاٹو ڈال کر گھس جانے تک پکائیں۔
- براؤن شوگر، ہڈنی، نمک، بھین ز بیٹ، سرکہ، اٹلی بیٹ اور سرخ مرچ ملا کر کے اسٹاک میں کھانے اور پرا جائے۔
- اب اس میں تختی سمیت ہینٹ ڈال کر پکائیں۔
- گرم ہینٹ ڈال دیا جائے تو گرم مصالحہ پاڈا ڈبیس کو کے چمکے سے تار لیں۔
- گرم گرم ہر کریں۔





# Khadam's

## Pure *Desi* Ghee

عبدالرحمن



## New Sohail Dairies

Manufacturing:

*Pure & Fresh Milk, Cream Butter,  
Desi Ghee, Cheese & Khoya*



Corporate Office:  
Depalpur Bazar Sahiwal.

Factory: Plots No. 152-A, 153-A  
Industrial Estate Sahiwal Pakistan.

[www.sohaildairies.com](http://www.sohaildairies.com)

[info@sohaildairies.com](mailto:info@sohaildairies.com)

[sohaildairies@gmail.com](mailto:sohaildairies@gmail.com)

[www.facebook.com/pages/new-sohail-dairies](http://www.facebook.com/pages/new-sohail-dairies)

+90 (40) 4555510-12

+92 (40) 4224597, 4464410

+92 (40) 4226037



WWW.PAKSOCIETY.COM

# RED FAMILY

CARBONATED DRINKS



From the House of  
**SixB**  
Food Industries (Pvt.) Ltd.

WWW.PAKSOCIETY.COM

WWW.PAKSOCIETY.COM

Wear your Style

*This Eid*



Your style is an expression of the elegance that lies within you.  
Make this Eid a celebration of your style with the exquisite  
and trendy Eid Collection at Stylo.

Visit your nearest STYLO outlet now!

STYLO (PVT.) LTD.



0800 - STYLO (78956) | www.stylo.com.pk

WWW.PAKSOCIETY.COM

**stylo**<sup>®</sup>  
Wear your Style



# Cook within your Budget





شیف شازیہ

# ٹرکش لیمب ایک پلانٹ

## ٹریٹ اینڈ المنڈ سمووی

### اجزاء

کیلا	: 1 عدد (مٹل مٹس)
سجیور	: اورنگ نونو : اچائے کا جج
بادام	: 2-3 عدد (مٹس مٹس) : مٹس کا مٹس : اور اچائے کا جج
سس	: 6-7 عدد (مٹس مٹس) : مٹس : حسب ذائقہ
آئس کریمز	: 1-2 عدد (ہر پٹا)
شہد	: 3-4 کھانے کے جج
کریم	: 1/2 کپ

بشیرا	: 1 عدد (مٹل مٹس)
پیاز	: 1 عدد (مٹس مٹس)
لہسن (جسے)	: 2-3 عدد (مٹس مٹس)
شروم	: 6-7 عدد (مٹس مٹس)
مٹس	: 1 کھانے کا جج
اورنگ نونو	: 1 کھانے کا جج
لہسن	: 3 کھانے کے جج
گرم پانی	: 1 کپ
سین فلاورڈ مٹس	: 1/2 کپ
منن نمبر	: 1 کپ



### ترکیب

- سجیور سے شیشی نکال لیں۔
- بادام پیاز کو بھجولیں لیں۔
- برف کے علاوہ تمام اجزاء بلیئنڈ کر لیں۔
- برف ڈال کر مزید بلیئنڈ کر لیں۔
- بادام اور سجیور سے گارڈشنگ کر کے سرو کر لیں۔



### ترکیب

- بشیرا کے سٹاکس پر مٹس چھڑکیں اور 20 منٹ کے لیے پڑے رہنے دیں۔
- پھر کھلے پانی میں دھو کر نشاویں اور خشک کر لیں۔
- پین میں آئل گرم کر کے دونوں طرف سے رنگ چول ہونے تک بشیرا فریج کر کے نکال لیں۔
- فیے کو اس کے اپنے ہی پانی میں ننھوڑی، بر پکتے دیں۔
- نشنگ ہونے پر گرم پانی ڈال کر لگی آج پر گل جانے تک پکا لیں۔
- پیاز اور اورنگ نونو ڈال کر مزہ 6-7 منٹ پکا لیں۔
- اب باقی اجزاء ڈال کر 10 منٹ پکا لیں۔
- نار ہونے پر چولنے سے اتار لیں۔
- سرونگ ڈش میں بشیرا کے سٹاکس بھجلا لیں اور اوپر نار نمبر مصافحہ ڈال دیں۔
- اب ٹاچنگ کے 10 منٹ سے پہلے شمارہ ڈالیں۔
- بر پڈ کر مٹس اور چھڑکی کر پیلے سے 190°C پر 15-20 منٹ کے لیے بیک کر لیں۔
- اوپر چھڑکی کر فریش سرو کر لیں۔







شیف شازیہ نسیم



## فلافل برگر تھمس

### اجزاء

300 گرام (دانت بریکر کریکس)	چنے
1 عدد (چونے)	پیاز
1 عدد (بٹر)	پیاز
2 عدد (ٹر)	نماز
2 عدد	چنار بڈ
3 عدد (چونے)	اچاری سرچ
چندر	سلا پتا
1 چائے کاس	ارک لیسن پوسٹ
1 چائے کاس	ٹک
1 چائے کاس	دونی سرچ (چونے)
1 چائے کاس	زیرہ
4 کھانے کے کچ	ماہونیز
4 کھانے کے کچ	آنا
1 چائے کاس	سرخ سرچ بازار
4 کھانے کے کچ	حص (بٹر)
4 کھانے کے کچ	آئل
حسب ضرورت	

### ترکیب

- چنار بڈ کو دریاں سے کاٹ لیں۔
- حص (دانت بریکر کریکس) میں چسپ کر لیں۔ یہ بیسٹ چنار بڈ میں چھلکا لیں۔
- جنوں کا پانی نکال کر فوڈ پریپریشن میں پریس کر لیں۔
- نماز، پیاز کے ہنگڑ اور سلا پتے کے علاوہ تمام اجزاء کو کس کر کے مزید پریس کر لیں اور چھلکا بنا کر گرم آئل میں خرائی کر لیں۔
- اب نماز، پیاز، چنار بڈ میں ڈال کر پیاز اور نماز کے ہنگڑ کر لیں۔
- سرہنگ ڈش میں سلا پتا چھلکا کر نماز بڈ کو دریاں چھین کر لیں۔
- فریج میں رکھ لیں۔

پیاز 1 عدد 7/-

چنار بڈ 2 عدد 30/-

+

نماز 2 عدد 10/-

چنے 300 گرام 15/-

= Budget 62

**Water Proof Volume Mascara (RM 082)**

Control the waterproof volume up to 6 times for ultra-magnification with 16 hour wear. In a time, you wipe lashes with any smudging or smudging or bumping, it's like your brush formula is locked from top to bottom.



**Quick Dry Water Resistant Eye Liner**

It's your eye's best friend. It's on your eye just in 60 sec with a touch of multi twist.


Available In 18 Different Colors



**Tajacotta Single Blush On / Eyeshadow (R-201)**

With its boldness and strong colors it provides a natural shiny look and provides color to your face. This provides a new flush in the cheeks, the silk consistency of the powder lasts forever.


Available In 17 Different Shades



**Water Resistant Eye Liner (R-1)**

It's a special eyeliner that won't smudge, whether you're swimming, dancing, crying with happiness and even sleeping. Practical and easy to apply.

Available In 16 Different Colors



**Compact Face Powder (6 Color)**

It lets your skin breathe, for a fresh, natural look that lasts. Our shine-free formula helps guide pores less visible, so skin looks soft, smooth and naturally beautiful.

Available In 06 Different Shades



**Mineral Foundation Stick**

Mineral foundation stick is flawless, ultra light, fresh & comfortable in texture. You can apply it directly on your skin and it won't fade all day.

Available In 06 Different Shades



**Perfect Coverage Mineral Foundation**

It is medium to high coverage and helps a seamlessly cover imperfections. It leaves you only with a velvet soft matte finish, perfect complexion, a flawless-looking, shine-free face...

Available In 05 Different Shades



**Neon Nail Polish**

Glossy long lasting finish, neon nail polishes are the latest trend this world is falling in love with. Vivid yellow, green, blue Neon Nail Polishes are for the young at heart.

Available In 13 Different Colors




# RIVAJ COSMETICS

"Simply Gorgeous"

Brings You Complete Range Of Color Cosmetics, Toiletries and Accessories. International Brand On Local Price.

**Cleansing Milk**

Rivaj advance whitening make-up remover cleansing milk have delicate milky texture. It gently wipes off make up from face and eyes leaving soothing and softening skin.



**Color Fusion Lip Stick**

Fusion lipstick are rich colored. It has an amplified finish, so it is premier and more opaque but still has a shine.

Available In 32 Different Colors



**Color Fusion Nail Polish 14 Ml**

Enhance the beauty of your nails to perfection, the lush colors featured in rivaj nail polish collection. Colors makes the world beautiful.

Available In 60 Different Colors




**Olive Mask**

Rivaj oil free olive mask with natural mud extracted from fresh olives, rids dark spots, removes dead skin cells, absorb excess sebum.




**Massage Cream (Honey & Almond)**

Real Massage cream with Honey & Almond. Extracts the benefits including improvement of facial tone, younger looking skin, skin down aging process, softens skin by removing fine lines and wrinkles of muscles.



**Face Wash**

It's very important for a clear and healthy skin that you use a good face wash at least twice daily. When doing your cleansing routine, skin does wash, leaves your skin clean and fresh without drying.



**Apricot Facial Scrub**

Facial scrub with Apricot extract & vitamin C. It removes dead skin, soothes, brightens, its regular use removes black heads, pigmentation and fresh inner layers of skin is revealed.



**Fruit Polisher**

Rivaj whitening multi skin polisher having multiple fruit essence with vitamin C. Daily use make your skin whiter, brightens the complexion, minimize the appearance of pores and enhances the appearance of skin.



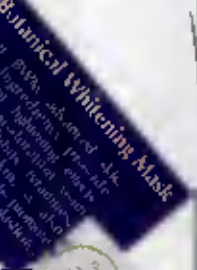
**Facial Capsules**

A light weight, small sized capsule for face, hand and neck. It provides a glow, soft skin with young appearance. It provides a natural, healthy complexion. Cream also skin that's over dry, itchy and sensitive. Use it daily, morning and evening. Use it once and in the morning.



**Botanical Whitening Mask**

Botanical Whitening Mask. It's a special botanical mask that helps you achieve a natural, radiant complexion. It's perfect for all skin types. It's a natural, botanical mask that helps you achieve a natural, radiant complexion. It's perfect for all skin types.



**Acne Dead Sea Mineral Mask**

A natural dehydrator that helps the skin eliminate dirt, greasy and pimples, excess impurities and excess sebum. It also helps to reduce the appearance of pores and enhances the appearance of skin.







Free Delivery

شیف شازیہ  
گوشت کے پکوان



شیف شازیہ



## گرلڈ چکن وینگو سالسہ

### اجزاء

یونیس بکن ربٹ : اعداد

میری نیشن کے لیے


- اورک بس بٹ : اچانے کاٹی
- سنز بٹ : اچانے کاٹی
- ریڈ چلی ٹیکس : اچانے کاٹی
- آئل : اچانے کاٹی
- سرکہ : اچانے کاٹی
- سوپاسون : اچانے کاٹی
- نک : حسب ذائقہ
- کالی مرچ پاؤڈر : حسب ذائقہ

یونگو سالسہ کے لیے


- آم : اعداد (چپکن)
- برقی سرخ : اعداد (چپ)
- پاؤڈر : اچانے کاٹی
- کون : اعداد (چپکن)
- پاپیٹا : اچانے کاٹی
- نک : حسب ذائقہ
- کالی مرچ پاؤڈر : حسب ذائقہ

### ترکیب


- چکن پر میری نیشن کے تمام (بڑا ٹکڑا کر 4-3 گھنٹے کے لیے بیکہ رہا۔
- پھر دونوں طرف سے 4-5 منٹ کے لیے گول کر لیں۔
- سالسہ کے تمام پر ڈھکن کر لیں۔
- سرنگ اپٹ میں گرلڈ چکن رکھ کر، پر 10 ڈال کر پیش کریں۔




Rs. 50- اعداد 1



Rs. 70- 70



Rs. 456- اعداد 1



ام 70 + یونیس بکن ربٹ اعداد 1

= Budget 77

Always a step ahead...

ISO 9001:2008  
ISO 14001:2004  
ISO 18001:2007  
CERTIFIED

Specially designed for  
**MODERN & HYGIENIC**  
COOKING

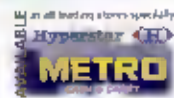


**Kitchen  
King**<sup>®</sup>  
COOKWARE

For more variety of Exquisite Cookware  
for your beautiful kitchen  
please visit us at:  
[www.kitchenking.com.pk](http://www.kitchenking.com.pk)  
[www.kitchenking.pk](http://www.kitchenking.pk)

**TEFLON METAL WARE INDUSTRIES**

15-A, S.I.E-2, Gujranwala, Pakistan.  
Tel: +92-55-4287282, 4287193 Fax: +92-55-4287159  
info@kitchenking.com.pk teflon\_int@hotmail.com



[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)





# کباب رولڈ گارلک ڈپ

شیف شازیہ Special

## اجزاء

تیرہ	: ڈرا گو
چار	: اندر (ہڈ)
ایڈا	: اندر (ہینڈ لیس)
ایکویڑ	: 6 عدد (پانی میں پھریں)
بری سرفی (ہڈ)	: 1 کھانے کا چمچ
ہرا پھلیا (ہڈ)	: 2 کھانے کے چمچ
ہتھ پکا پاؤڈر	: 1 چائے کا چمچ
ادرک (ہڈ)	: 1 چائے کا چمچ
گرم مصالحی پاؤڈر	: 1/2 چائے کا چمچ
میدہ	: 1 کپ
بریڈ کریمز	: 1 کپ + 2 کھانے کے چمچ
ٹمک	: حسب ذائقہ
آئل	: حسب ضرورت

## گارلک ڈپ کے لیے

ایگز	: ڈرا گو
ادرک پیسٹ	: 1 کھانے کا چمچ
سفید سرکہ	: 1 کھانے کا چمچ
ٹمک	: 1/2 چائے کا چمچ

## ترکیب

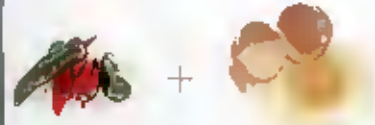
- تھے میں دو کھانے کے چمچ بریڈ کریمز اور باقی تمام اجزاء مکس کر کے تھوڑی دیر کے لیے رکھ دیں۔
- پھر ایکویڑ پر پائڈ پیسٹ کر لیں۔
- ایک پلیٹ میں میڈہ اور دوسری میں کریمز ڈالیں۔
- کبابوں کو پہلے میڈے میں رول کر لیں۔ پھر انڈے میں ڈپ کر لیں۔
- پھر کریمز کا کرڈپ فرمائی کر لیں۔
- گارلک ڈپ کے تمام اجزاء مکس کر لیں۔
- سرڈنگ ڈش میں کباب ڈالیں۔ ڈپ کے ساتھ سرڈ کر لیں۔



قیمت ڈرا گو - 150/-



میڈہ 1 کپ - 20/-  
بیڈا 1 عدد - 7/-



ایڈا 1 عدد - 9/-

= Budget 216





Special  
عيد الاضحى







عید بنائیں ذائقے دار

بینگز مایو ڈپ سوس سے ...

عید بنائیں ذائقے دار

## بینگز مایو چپ سوس

Young's Mayo Chup Sauce

اجزاء:

1: کپ	بینگز مایونیز
آدھا کپ	کچھ
2: چمچ	Hot Sauce
چوتھائی چائے کا چمچ	دکنی سرچ (سی ہونی)

ترکیب:

تمام اجزاء کو بینگز مایونیز میں اچھی طرح کس کر لیں۔ لیجئے مایو چپ سوس تیار ہے  
بینگز مایو چپ سوس کو تمام فریڈ آؤٹسٹا بکوزے، سوسے، ڈریڈز اور باربی کیو  
کے ساتھ کھائیں۔



## بینگز مایو تھائونڈ آئی لینڈ سوس

Young's Mayo Thousand Island Sauce

اجزاء:

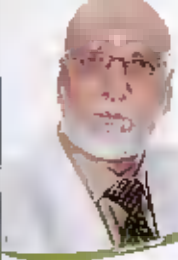
1: کپ	بینگز مایونیز
آدھی (باریک چا پ کر لیں)	شہد سرچ
آدھی (باریک چا پ کر لیں)	کاجر
آدھا چائے کا چمچ	سفید سرچ (پاڈر)
2: کھانے کے چمچ	ٹماٹر کچب
2: کھانے کے چمچ	سرکہ
1: کھانے کا چمچ	چینی
2: کھانے کے چمچ	پانی

ترکیب:

ایک باڈل میں بینگز مایونیز کے ساتھ کاجر، سفید سرچ، ٹماٹر کچب، سرکہ، چینی، سفید  
سرچ (پاڈر) اور پانی شامل کر کے اچھی طرح کس کر لیں۔ لیجئے مزید آؤٹسٹاڈ آئی لینڈ  
سوس تیار ہے۔ بینگز مایونیز سے بنے ٹماٹر، بینڈ آئی لینڈ سوس کو تمام فریڈز اور باربی کیو  
ڈشز کے ساتھ کھائیں اور عید کا لطف دو بالا کریں۔



برسوں کا رشتہ سب سے سچا!



Special  
حکیم عبدالغفار آغا

## مکھنی بیفنی

### اجزاء

500 گرام (عزین)	بیف
1/2 کپ	کھن
1/2 کپ	بیف اسٹاک
1/2 کپ	کھنی کریم
1 عدد (بڑا)	پاؤڈر
250 گرام (مٹائی بھت لیں)	مشروم
2 کھانے کچھ	ٹماؤ بیٹ
1/2 کپ	کارن ٹیور
سرنگ کے لیے	ٹوڈاڑا پاستا

### ترکیب

- تان اسٹک چینی میں ڈھا کھن گرم کر کے بیف فروانی کریں۔
- دوسرے چین میں کھن گرم کر کے پاؤڈر فروانی کریں۔
- مشروم ڈال کر نرم ہو جانے تک پکا لیں۔
- بیف اسٹاک اور ٹماؤ بیٹ ڈال کر ایل اے تک پکا لیں۔
- اب کریم میں کارن ٹیور کس کر کے شامل کریں۔
- پھر بیف بھی شامل کریں اور 3-4 منٹ درمیان آگ پر پکا لیں۔
- تیار ہونے پر چولھے سے اتار لیں۔
- نوڈل یا پاستا کے ساتھ سرو کریں۔



## گرلڈ چوپس و بیجی ٹیلیبلز

### اجزاء

1 کلو	چانپ (ٹب)
1/2 کھانے کچھ	لہسن بیٹ
1 کھانے کچھ	پود پود (سٹار)
1 کھانے کچھ	ادلیواٹل
1 کھانے کچھ	لہسن زہبت
1 کھانے کچھ	نندورنی مصالحہ
2 کھانے کچھ	لہسن جوس
1/2 کھانے کچھ	ادریک بیٹ
1/2 کھانے کچھ	شہد
2 پائے کچھ	کھنی کالی مرچ
2 عدد (عزین لیں)	آلو
1 کپ (ایل لیں)	ملز
مسب ضرورت	کھن
مسب ذائقہ	ٹک

### ترکیب

- تھوڑا سا کھن گرم کر کے اس میں آلو اور مشروم فروانی کریں۔
- ٹک اور کالی مرچ پاؤڈر کس کر کے اتار لیں۔
- چانپوں کے علاوہ تمام اجزاء کس کر لیں۔
- پھر چانپوں پر لگا کر 2-3 گھنٹے کے لیے پڑنی رہنے دیں۔
- پیلے سے گرم گرل ٹین میں اچھی طرح سے گرل کریں۔
- اس دوران کھن سے برتن کرنے جائیں۔
- سرنگ ٹرنے میں فراہمڈ لہوار مشروم لیں۔
- ادھر پانچوں رکھ کر سرو کریں۔







## سیخ کباب

### اجزاء

500 گرام :	فہر (ب)
1 عدد (بچہ) :	پیاز
2-3 عدد (بچہ) :	برن مرچ
1 کھانے کا چمچ :	زبرد پاؤڈر (بھٹا)
1/2 کھانے کا چمچ :	گھسن بہت
1/2 کھانے کا چمچ :	ادرک بہت
1/2 کپ :	برہ کرہو
1/2 کپ :	برادھنیا (بچہ)
1 چائے کا چمچ :	گھسن زہت
1 چائے کا چمچ :	گرم مصالحہ پاؤڈر
1 چائے کا چمچ :	زبرد پاؤڈر
مسب ڈالندہ :	نمک
2 کھانے کے چمچ :	دہی (نیل) مکھن

### ترکیب

- ہاتھوں کی مدد سے پیسے میں روٹلاؤ مرست کے علاوہ خام ابرو، داہلی طرح کس کر لیں۔
- اب اس کچھ کر 2-3 گھنٹے کے لیے، پھر بھر فرمیں رکھ دیں۔
- پھر نکال کر ٹبل و سکورڈ پر چڑھا لیں۔
- پہلے سے گرم کی ہوئی گرل میں کباب اچھی طرح گرل کر لیں۔
- کباب تیار ہونے میں 7-8 منٹ درکار ہوں گے۔
- تیار ہونے پر روٹلاؤ برہ پاؤڈر چھڑک کر سرو کریں۔



# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو م ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✦ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو ایسے کمانے کے لئے شرک نہیں کیا جاتا

**We Are Anti Waiting WebSite**

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

← ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

← ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

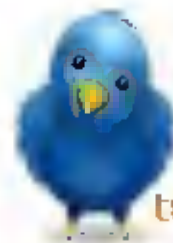
# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](https://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](https://twitter.com/paksociety1)



زبیدہ آپا واٹھنگ سوپ  
استعمال کرو  
اور چھا جاؤ



Anfords  
Values Life

WWW.PAKSOCIETY.COM



Special حکیم عبدالغفار آغا



## بیف رین ڈینگ

Special عیاضی

### ترکیب

- پناز، سرخ مرچ، اورک اور لیس، گرا آئنا کر کے بہت بنا لیں۔
- گرم ذرچا اولن آئل میں، پیسٹ بنا کر تائی کریں۔
- بھرا میں دھنیا پاؤڈر، زرد پاؤڈر، بلدی اور ملک کس کر دیا۔
- اب بیف، ککوت، ملک، دار چینی اور خمدار سا پانی شامل کر کے ہلکی آگ پر ڈھک کر پکا لیں۔
- بیف گل اور گر ہونی گاڑھی ہو جائے تو چولہے سے اتار لیں۔
- ناز ہونے پر برے دھنے سے جا کر سرو کریں۔

### اجزاء

1 کلو	: بون لیس بیف (کون)
3 عدد (چوڑا)	: فریش سرخ مرچ
2 عدد (چوڑا)	: پناز
2 عدد (چوڑا)	: لیس
2 چائے کچی	: اورک (چوڑا)
2 چائے کچی	: دھنیا پاؤڈر
2 چائے کچی	: زرد پاؤڈر
1/2 چائے کچی	: بلدی
1 کپ	: ککوت، بلیک
1 آگ ککوت	: دار چینی
1/2 کپ	: ذرچا اولن آئل
: حسب ذائقہ	: نمک
: کارڈنگ کے لیے	: براؤنیا

نیا اور پہلے سے بہتر

ملک گھی ایوڈ کوکنگ آئل ملز لمیٹڈ





ہر فوڈ میں ہر موڈ میں

خوشیوں کو چاہئے...

مبارک  
عید الضحیٰ

Enjoy Your Eid's  
Appetizing Food,  
Cooked in Darja Awal

درجا اول

بھاسپنتی



نیا اور پہلے سے بہتر



ملنگ گھمی ایف ڈی کوک بگ آفل ملنگ ایمپٹنگ

9km. Samundari Road, Faisalabad.  
Tel: 041-2418112-15, Fax: 041-2418116

# اسکندری کباب

زنی کے شہرہ ناما (Bursa) کے مشہور مشہل کباب

## اجزاء

1 کلو :	ہینڈ فبہ
1 کپ :	نماؤ بیٹ
1/2 کپ :	لیموں کا رس
1/2 کپ :	دہی
1 کمانے کاٹیج :	مٹی سرخ سرخ
1 کمانے کاٹیج :	اورک بس پیسٹ
2 کمانے کے کٹیج :	نیشاں
1 عدد (ہونڈ) :	چاز
3-4 عدد (ہونڈ) :	برٹا سرخ
حسب ذائقہ :	نمک
فرائنگ کے لیے :	اولیو آئل

## ترکیب

- آئل گرم کر کے اس میں اورک بس پیسٹ ماسج کریں۔ پھر چاز ڈال کر فرائی کر لیں۔ نماؤ بیٹ ڈال کر ابال ڈالنے تک پکا لیں۔
- اب ان کے سمیت تمام اجزاء ہینڈ فبہ میں مائل کر کے 2-3 گھنٹے کے لیے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- پھر نکال کر ٹیل اسکیمہ پر چڑھا لیں۔
- پارٹی کیو گرل گرم کر کے اس میں اسکیمہ رکھیں۔
- گرل کرنے ہونے سے مانیٹریوئل کرتے جائیں۔
- بنا رہو جائیں نو اسکیمہ سے نکال لیں۔
- پھر اس میں اولیو آئل گرم کر کے اس میں کباب پکے فرائی کر لیں۔
- سلاڈ اور سس کے ساتھ گرم گرم سر رکھیں۔

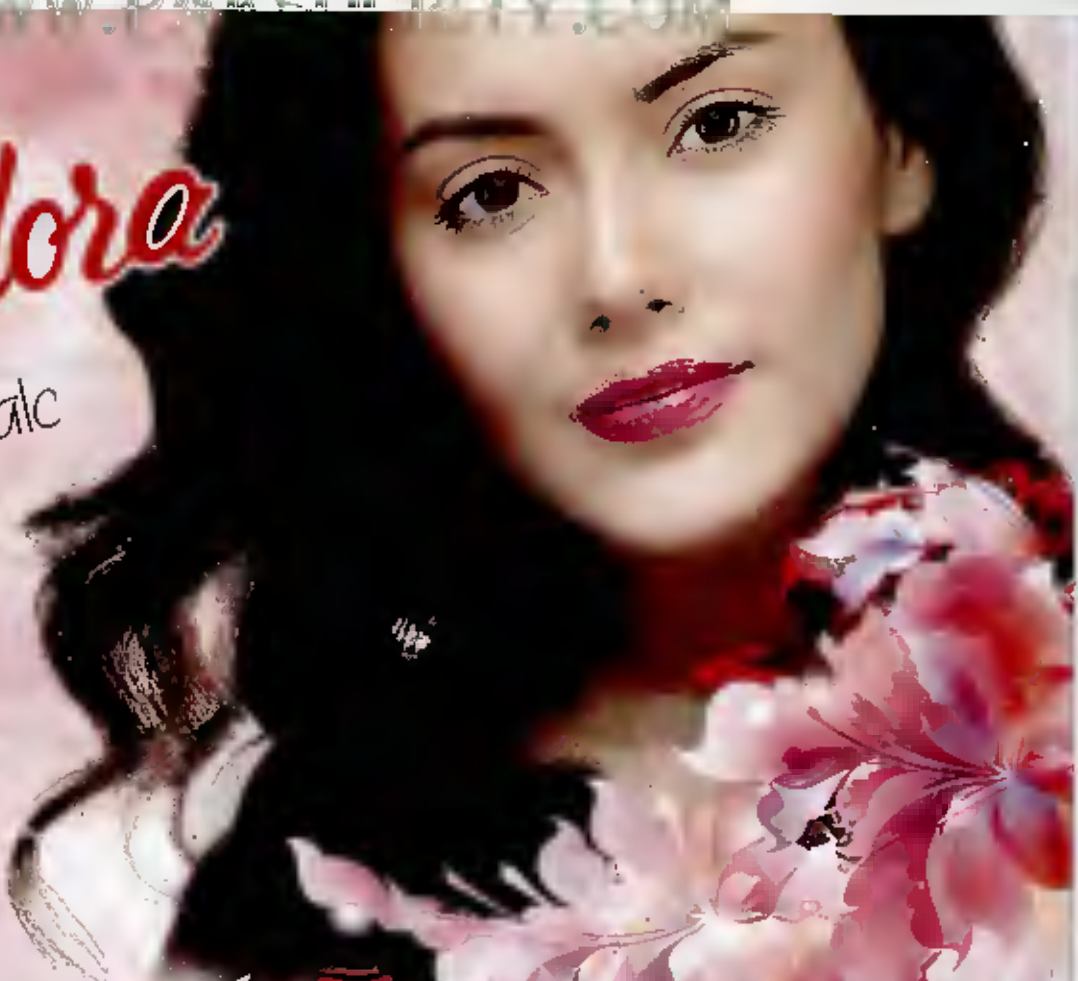
Special  
حکیم عبدالغفار آغا





# Medora

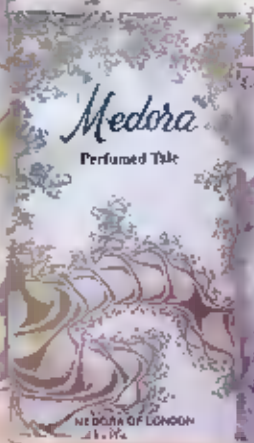
Perfumed Talc



خوشبو کی دنیا کے 5 شگفتہ احساس



Joy



Pleasure



Season



Cherish



Passion

میڈورا پرفیوٹڈ ٹالک کی تازگی جگاتی خوشبوؤں سے ملے  
آپ کو مہکتا، فریش احساس جو ہے دن بھر آپ کے ساتھ۔

**MEDORA OF LONDON**



# کڑاھی

بنا سیتی اینڈ کوکنگ آئل

لذیذ اور صحت بخش



Pakistan Standards

WITH VITAMIN A & D

**Atta-e-Noor**

**AR Processing Industries (Pvt) Ltd.**

Factory:- Plot No. 154/1 & 154/2, Phase-V, Industrial Estate Hafra Haripur.

Ph: 0995-617476, 617047 Fax: 8995-617475

Email: arprocessing\_pk9@yahoo.com Web: www.argroup.net.pk

[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)





# شان میں پکا ئیے شان سے کھا ئیے

شان بنائے ہوئی اور کوکنگ آئل آپ کی طبیعت کو 30 سال سے صحت بخش زندگی کا اہل سیارہ بن کر رہے ہیں اور آپ کے کھانوں کی غذائیت اور لذت کو دہلا کر رہے ہیں شان بنائے ہوئی اور کوکنگ آئل پر آپ کا برسوں کا اعتماد ہی ہمارا اعزاز ہے



ISO 9001:2008 Product certified by P.S.Q.C.A



محبوب انڈسٹریز (پرائیویٹ) لمیٹڈ

UAN-811-117-426, www.shanghee.com





Free  
حکیم صاحب کا  
دسترخوان



حکیم عبدالغفار خان



## پائے کری

### اجزاء اُبالنے کے لیے

الاجلی	: 3 عدد	پائے (س)	: 12 عدد
لوتک	: 3 عدد	پانی	: 2 لیٹر
نمائی	: 3 عدد (بجڑ کر لیں)	آئل	: 1 کمانے کا سچ
ہرا دھنیا (بجڑ)	: 1 کمانے کا سچ	ادرک پیسٹ	: 1 چائے کا سچ
آئل	: 4 کمانے کے سچ	لہسن پیسٹ	: 1 چائے کا سچ
دہی	: 1 کپ	نمک	: 1 چائے کا سچ
کالی مرچ پاؤڈر	: 1 چائے کا سچ	کالی مرچ پاؤڈر	: 1/2 چائے کا سچ
زیرہ	: 1 چائے کا سچ	تیز پات	: 1 عدد
دھنیا پاؤڈر	: 1 چائے کا سچ	پیاز	: 1 عدد (بجڑ)
سرخ مرچ پاؤڈر	: 1-2 چائے کے سچ	مصالے کے لیے	
ادرک لہسن پیسٹ	: 2 چائے کے سچ	پیاز	: 2 عدد (بجڑ)
گرم مصالحہ پاؤڈر	: 1/2 چائے کا سچ	دارچینی	: 1 چمچ کانگلا
ہلدی	: 1/2 چائے کا سچ	بری مرچ	: 2-3 عدد
نمک	: حسب ذائقہ		

### ترکیب

- پائے اُبالنے کے لیے تمام اجزاء پانی میں شامل کر کے پریٹرنگر میں دو مہینے آگے پر پکائیں۔
- تقریباً 40-45 منٹ کے لیے پکے دیں تاکہ پائے اچھی طرح گل جائیں۔
- تین میں آئل گرم کر کے ادرک لہسن پیسٹ فرائی کریں۔
- پھر ہرا دھنیا بوجانے تک فرائی کریں۔
- نمائروہ باقی تمام اجزاء ڈال کر اٹکا پکائیں کہ آئل چھوڑنے لگے۔
- پریٹرنگر کھول کر تیز آگ پر 4-5 منٹ کے لیے پائے چھوئیں۔
- پھر مصالحے میں ڈال کر 7-10 منٹ پکائیں
- تیار ہونے پر برے دھبے اور مرچوں سے جا کر سرو کریں۔





**NEW  
ARRIVAL  
2014-2015**

SOCIETY.COM  
**SONICA®**  
**GOLD**

ایک پرسکون احساس

**Marigold Chair**



since **1978**

**SONICA®**

A sign of Quality  
& Durability



**M.A. INTERNATIONAL  
PLASTIC IND. (PVT.) LTD.**

Head Office & Works:

G.T. Road, Near Pindi By Pass, Gujranwala - Pakistan,

Tel: +92 55 3891005-9 (5 Lines)

Fax: +92 55 3890471

E-mail: [sonica.industry@gmail.com](mailto:sonica.industry@gmail.com)

Website: [www.sonica.com.pk](http://www.sonica.com.pk)

[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)

# Dips & Sauces

## یوگرت ڈپ

### اجزاء

2 کمانے کھج	ماونیز
2 کمانے کھج	پانی
1 کپ	دہی
1/2 عدد (گرتیں)	برکائیوز
1 چائے کاجی	اولیو آئل
1/2 چائے کاجی	لہسن پیسٹ
1/2 چائے کاجی	پورینڈ (کٹورا)
1/2 چائے کاجی	زیرہ (گرتوں)
1/2 چائے کاجی	نمک

### ترکیب

- دہی مایا اور پانی اچھی طرح پھینیں۔
- اب باقی اجزاء ڈال کر بلینڈ کر لیں۔
- فریج میں باخفظہ کر کے سرد کر لیں۔



## منظ سوس

### اجزاء

1/2 چمچ (ہری)	برادھنیا
1/2 چمچ (ہری)	پودینہ
3-4 عدد (ہری)	برن مرچ
2-3 چمچے	لہسن
1/2 چائے کاجی	زیرہ
1 چائے کاجی	چائے مصالحہ
1 کمانے کاجی	اٹلی ٹیپ
حسب ذائقہ	نمک

### ترکیب

- تمام اجزاء اکٹھے کر اٹنڈ کر لیں۔
- سرد نمک پاؤں میں نکال کر فریج میں سرد کر لیں۔





# شمع زندگی کی



With Vitamin A, D & E

Crystal Clear, Light & Easy to Digest

Reduce Risk of Heart Diseases



ASSOCIATED INDUSTRIES LIMITED INDUSTRIAL AREA AMANGARH, NOWSHERA  
ISO 9001:2008, ISO 14001:2004, ISO 22000:2005 CERTIFIED COMPANY

Associated Industries Limited

# مینگو اپیری کاکٹسوں

## اجزاء

نٹک نمبانی :	5 عدد
آم :	1 عدد
سرخ مرچ (کٹی ہوئی) :	5 عدد
لیبوں کانس :	2 کھانے کے چمچ
ہرا مٹیلا (ہ) :	2 چائے کے چمچ
نہید :	2 چائے کے چمچ
زیرہ (100g) :	1 چائے کا چمچ
اورک (100g) :	1 چائے کا چمچ
لڈنگ (100g) :	1 چائے کا چمچ
ڈال :	1 کھانے کا چمچ

## ترکیب

- نمبانی کو نیم گرم پانی میں بخورانی درجہ تک گھونٹے رکھیں۔
- آم کھیل کر پمپ کریں اور گھنٹی نکال دیں۔
- بین میں آئل گرم کر کے اورک پکا سافرانی کریں۔
- اب آم اور نمبانی ڈال کر نرم ہو جانے تک پکا لیں۔
- پھر پانی تمام 70:30 ڈال کر سوس گاڑھی ہونے تک پکا لیں۔
- چمچ کی مدد سے پیش کرنے چاہئیں۔
- خار ہونے پر چولھے سے اتار لیں۔
- چاہیں تو پلیٹ کر لیں یا پوں میں سرو کر دیں۔



# پیچ ڈپ

## اجزاء

آرد :	300 گرام
ایسن پیسٹ :	1 چائے کا چمچ
اورک پیسٹ :	1 چائے کا چمچ
سفید مرچ پاؤڈر :	1/2 چائے کا چمچ
لیبوں کانس :	1 کھانے کا چمچ
چٹنی :	1 کھانے کا چمچ
ریڈ چائے ٹیکسٹس :	1/2 چائے کا چمچ
سوساں :	1 کھانے کا چمچ
آئل :	1 کھانے کا چمچ
نمک :	حسب ذائقہ

## ترکیب

- گھنٹی ڈال کر آرد چمپ کر لیں۔
- سوساں میں آئل گرم کر کے اورک ایسن پیسٹ فرانی کر لیں۔
- اب آرد ڈال کر پکا لیں۔
- لیبوں کانس، سفید مرچ پاؤڈر، اور چٹنی کس کے چمچ سے ہمیشہ کرتے ہوئے پکا لیں۔
- خارا کب پانی ڈال کر آرد نرم ہو جانے تک پکا لیں۔ پھر اتار کر ٹھنڈا کر کے لہندہ کر لیں۔
- پینا میں مٹیال کر سو یا سوس اور ریڈ چائے ٹیکسٹس ڈال کر مزید 3-5 منٹ پکا لیں۔
- سرخ مٹیلا، اورک، اور ریڈ چائے ٹیکسٹس سے آکر کر لیں۔





# تبت

سرد و خشک موسم میں اپنی  
جلد کو دیجئے بھرپور تحفظ



## تبت کولڈ کریم

تبت کولڈ کریم سرد اور خشک موسم میں جلد کو رکھے  
پن سے محفوظ رکھے۔ اس کا باقاعدہ استعمال جلد  
کو تروتازہ اور نرم و ملائم بنائے۔



## تبت حنی لوشن

تبت حنی لوشن جلد کو نرم، ملائم اور ٹھنڈے بنائے۔ اس  
میں شامل وٹامن ای، شہد اور روغن بادام جلد کی قدرتی  
نی برقرار رکھیں اور اسے بنائے دکھ اور خوبصورت۔

تبت حنی لوشن اور کولڈ کریم - جلد کے لئے سب سے بہتر

# Nadia Hussain

باصلاحیت اور مسکور کن شخصیت کی مالک، نادیہ حسین کا شمار **باکمال** پاکستان فیشن اینڈ سٹریٹیجی کی ٹاپ ماڈلز میں ہوتا ہے۔ نادیہ نہ صرف کامیاب ماڈل بلکہ ایکٹریس، ہوسٹ، پرائیمری میک اپ آرٹسٹ اور ڈیپٹسٹ بھی ہیں۔ ان کے بغیر فیشن اینڈ سٹریٹیجی کا تصور کچھ اجہرا سا معلوم ہوتا ہے۔ نادیہ کی شہرت نے اس تصویر کی بھی فلیکس کی کہ شادنی شدہ، خرابا نہیں فیشن اینڈ سٹریٹیجی میں کامیاب نہیں ہو سکتیں۔ پرکشش مسکراہٹ اور سروٹامت کے ساتھ نادیہ کیرے کے پیچھے بھی اپنی شگفتہ شخصیت کی بدولت مشہور، معروف ہیں۔ ان سے کی گئی گفتگو پیش خدمت ہے۔

**شیف آؤٹشل:** اپنی روزانہ زندگی کے بارے میں کچھ بتائیں؟

**نادیہ حسین:** میری پیدائش لندن کی ہے۔ اسکولنگ لیکن ہاؤس اسکول سسٹم سے کی۔ ناٹو جناح ڈیپارٹمنٹ کالج سے ڈیپٹسٹ بنی۔

**شیف آؤٹشل:** لوگ آپ کو ڈیپٹسٹ کے بجائے ماڈل کے طور پر جانتے ہیں۔

**نادیہ حسین:** (مسکراتے ہوئے) جی ہاں۔ میں نے کبھی سوچا بھی نہیں تھا کہ ماڈل بنوں گی۔ اگر میں ڈیپٹسٹ نہ ہوتی تو سائنس کی کس اور ٹیچر سے وابستہ ہوتی۔

**شیف آؤٹشل:** لائلنگ میں آپ کی کون سی خوبی بہت کام آئی؟

**نادیہ حسین:** میرا روزانہ جو کہ 5.10 ہے۔

**شیف آؤٹشل:** آپ کی پیدائش لندن کی ہے۔ پاکستان میں رہنا زیادہ پسند ہے یا وہاں؟

**نادیہ حسین:** مجھے یورپ میں رہنا زیادہ اچھا لگتا ہے۔ پاکستان سے بہت کچھ ملتا ہے۔ پاکستان سب سے پیلا ہے۔

**شیف آؤٹشل:** شو بزنس کرنے پر فیملی کا ریسپانس کیسا تھا؟

**نادیہ حسین:** میرے والدین اور شو بزنس ہوسٹ میری جملہ رازداری تھی۔ میں لپینی والدہ کی بہت زیادہ احسان مند ہوں۔ ماں باپ کا رشتہ ایسا ہے جس پر آپ سب سے زیادہ بھروسہ کر سکتے ہیں۔

**شیف آؤٹشل:** آپ کے شو بزنس کے ساتھ تعاون کرنے ہیں؟

**نادیہ حسین:** بہت زیادہ۔ کیرئیر کے آغاز میں ہی میری شادنی ہو گئی تھی۔ میرا تھام ان چند ماڈلز میں ہوتا ہے جو شادنی کے بعد بھی کامیاب ہیں۔ میں نے ثابت کیا کہ شادنی شدہ ماڈلز بھی کامیاب ہو سکتی ہیں۔

**شیف آؤٹشل:** عام طور پر ماڈلز شادنی سے خوفزور رہتی ہیں۔

**نادیہ حسین:** میرے معاملے میں ایسی کوئی بات نہیں۔ میں نے شادنی ہواؤں کرنے کے ابتدائی سالوں میں ہی شادنی کر لی تھی۔ شادنی شدہ زندگی کو کبھی ہمشیر نہیں رکھا۔ میرے نہیں بچے بھی ہیں۔

**شیف آؤٹشل:** گھمراؤ کام کو ساتھ ساتھ چلانا مشکل نہیں لگتا؟

**نادیہ حسین:** جیسے جیسے سمر وہاں بڑھ رہی ہیں، لہذا کچھ مشکلات بھی پیش آ رہی ہیں۔ کوشش ہوتی



میں نے ثابت کیا کہ شادنی شدہ ماڈلز بھی کامیاب ہو سکتی ہیں





# White Rose®

**Hair Removal**  
with Skin Whitening Agent  
& Aloe Vera  
Extracts

جلد اتنی سو فٹ پیج  
کھلیں اور کھلیں



ہے کہ وہ دنوں کو مناسب وقت ملے۔

شیف آئٹل: آج کل آپ کی کیا مصروفیات ہیں؟

نادیہ حسین: شوٹس کے علاوہ میں ڈراموں ڈیزائننگ پر کام کر رہی ہوں۔ اپنا سیلون اور ڈیزائننگ ٹیمک بھی چلا رہی ہوں۔ سیلون کو زیادہ وقت دینا پڑتا ہے۔

شیف آئٹل: شہرت کیسے لگتی ہے؟

نادیہ حسین: اچھی لگتی ہے۔ اس بات کو انجائے کرتی ہوں کہ میں ایک سٹیمرٹی ہوں۔ یہ ہمارے فنز ہی ہیں جن کی بدولت ہم اسٹارز بنتے ہیں۔ اوگ آپ کو سراہیں، آپ کو آئیڈیل مڈل کریں تو اچھا لگتا ہے۔

شیف آئٹل: پاکستان فیشن انڈسٹری کی ترقی سے مطمئن ہیں؟

نادیہ حسین: ہماری فیشن انڈسٹری کافی تیزی سے ترقی کی راہ پر گامزن ہے۔ پہلے لوگ یہ فیئلڈ جوائن کرنے سے کتراتے تھے۔ اب تعلیم یافتہ لوگ اس کا حصہ بنا رہے ہیں۔ جیسی اس کی اصل کامیابی ہے۔

شیف آئٹل: فیشن کو کس نظر سے دیکھتی ہیں؟

نادیہ حسین: فیشن وقت کے ساتھ ساتھ بدلتا رہتا ہے۔ فیشن دہشت کی ضرورت تو ہے لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ ہر جگہ آپ فیشن کو فونو نہیں کر سکتے۔ پاکستان میں فیشن کے ساتھ ساتھ یہاں کے روایتی پہناوے بھی مشہور ہیں۔

پہلے لوگ یہ فیئلڈ جوائن کرنے سے کتراتے تھے۔

اب تعلیم یافتہ لوگ اس کا حصہ بن رہے ہیں۔

شیف آئٹل: آپ کے نزدیک "خوشی" کیا ہے؟

نادیہ حسین: آج کل کے دور میں آپ کی سب ضروریات پوری ہو جائیں، یہی خوشی ہے۔

شیف آئٹل: دن کا آغاز کیسے کرتی ہیں؟

نادیہ حسین: صبح بچوں کو تیار کر کے سکول بھیجنا ہوتا ہے، اسی سے آغاز ہوتا ہے۔

شیف آئٹل: ڈریسنگ میں کن باتوں کا خیال رکھتی ہیں؟

نادیہ حسین: سونچ و گل کے مطابق ڈریسنگ کرتی ہوں۔

شیف آئٹل: آپ کے دل کے نزدیک کون لوگ ہیں؟

نادیہ حسین: میرے شوہر جو میرے بہترین دوست بھی ہیں، میرے دل کے بہت قریب ہیں۔ میری بیٹی اور کچھ اچھے دوست میری زندگی کا اثنا ہیں۔

شیف آئٹل: سوز و گم کو کبھی ہیں؟

نادیہ حسین: انگشٹ سوز شوٹس سے دیکھتی ہوں۔ Sound of Music پسندیدہ فلم ہے۔

شیف آئٹل: کوئی خواہش جو پوری نہ ہوئی ہو؟

نادیہ حسین: سب خواہشات پوری ہو گیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ جو

چاہا وہ پایا۔

شیف آئٹل: آپ کا ستارہ؟

نادیہ حسین: جدی (Capricorn)۔ تاریخ پیدائش 11 جنوری ہے۔

شیف آئٹل: کوکب کرتی ہیں؟

نادیہ حسین: نہیں۔ کوکب کا شوق نہیں ہے۔

شیف آئٹل: پسندیدہ کھانا؟

نادیہ حسین: جو کھانے کو دل کرے، کھا لیتی ہوں۔ زیادہ نہیں کھاتی کیوں کہ نفیس کا خیال رکھنا پڑتا ہے۔

شیف آئٹل: پسندیدہ ڈیزائنرز؟

نادیہ حسین: ہمارے ڈیزائنرز اچھا کام کر رہے ہیں۔ ہر ڈیزائنر اپنی کسانت کسی خوبی کا جوہ سے پسند ہے۔

شیف آئٹل: کیا عمل کا اس کی خواہشیں آپ کے سیلون کے ٹیکر انورڈ کر سکتی ہیں؟

نادیہ حسین: جی ہاں! ہمارے ٹیکر بہت مناسب ہیں۔ میں تمام خواہشیں سے کیوں کی کہ وہ ایک بار



ضرور دیکھ لائیں۔

شیف آئٹل: نئی ماڈلز کے بارے آپ کا کیا خیال ہے؟

نادیہ حسین: بہت سی نئی ماڈلز اچھا کام کر رہی ہیں۔ ان کی آسانی کے لیے ہم لوگ Exhibitions بھی منترہ کرواتے رہتے ہیں، جس سے انھیں آگے بڑھنے کا موقع ملتا ہے۔

شیف آئٹل: کارئین کو کوئی پیغام دینا چاہیں گی؟

نادیہ حسین: آئیں میں پیار محبت سے رہیں۔ پاکستان کا نام روشن کریں۔ کامیابی حاصل کرنے کے لیے اپنے مقاصد کا تعین

کریں اور ان کے حصول کے لیے

کوشش بھی کریں۔





# FACE FRESH

Beauty Cream



جو فیس فریش  
وہی بیوٹی فل



PCSI سے تصدیق شدہ اور پاکستان کی پہلی اور واحد کریم جو Infection Control Society Pakistan سے بھی تصدیق شدہ ہے۔

# برج میزان

## Libra

24 ستمبر تا 23 اکتوبر

آپ کی زندگی کی طرح کا مایا میں کو اپنی جانب کھینچ لیں گے



### شخصیات

مرستہ احمد خان، سولہ اسودوئی، اختر از حسن، آسکر وائلڈ، لٹا، میگنیکر، ایچا، بھونگ، ایچا، مانی، رکھا، ریٹا خان۔

### خصوصیات

برج میزان ساتواں اور تاز برج ہے۔ یہ ایک دلچسپ، باشعور اور تاز برج ہے جسے زہرہ اور ساتویں گھر کے معاملات سے منسوب کیا جاتا ہے۔ میزان افراد کی شخصیت بہت پرکشش اور منفرد ہوتی ہے۔ یہ دلوں کے ساتھ ساتھ زہنوں پر بھی حکمرانی کرتے ہیں اور اس کے لیے وہ طاقت کا مظاہرہ نہیں کرتے بلکہ بھلا اپنی سکراہٹ سے کام لیتے ہیں۔ یہ دوسروں کی زندگی میں انقلاب لانے کا سبب بنتے ہیں۔ جنگ سے نفرت اور امن سے محبت کے باعث آپ انہیں پیار، امن، دوستی اور محبت کا شیر کبہہ کہتے ہیں۔

برج میزان کا نشان ترازو ہے جو تمام برج میں واحد غیر متحرک اور ساکن شے ہے۔ ترازو، توازن کا مظہر ہے۔ اسی لیے میزان افراد ہر وقت توازن قائم رکھنے کی کوشش میں مصروف رہتے ہیں۔ لوگوں کو ایک دوسرے کے قریب لانے کے لیے ان کے درمیان شلوک و شہادت اور ناخوشیاں دور کرنے کی سعی کرتے ہیں۔ ان کی طبیعت میں عیب سے دور رنجی پائی جاتی ہے یعنی ابھی بہت خوش ہیں تو اگلے ہی لمحے اچانک بغیر کسی وجہ کے اوسپیوں اور دشمنوں میں ڈوب جاتے ہیں۔ یہ فنکارانہ صلاحیتوں کے مالک، مطلق، تجسس، ذہین اور دراندیش ہوتے ہیں۔

- نشان : ترازو
- عنصر : ہوا
- حاکم سیارہ : زہرہ
- سعد رنگ : سفید، ارغوانی
- مبارک دن : جمعہ
- منسوب حروف : ر، ت، ط
- موانع پتھر : اوپٹین
- دوستی : جوزا، دلو
- ناسوانی برج : سرطان، جدی
- محبت : حمل
- کاروبار : عقرب
- روحانیت : جوزا

## اگلے بارہ ماہ

میزان افراد کے لیے اگلے بارہ ماہ بے حد اہم دکھائی دے رہے ہیں۔ اس سال ان کی زندگی میں بہت سی بنیادی اور مثبت تبدیلیاں متوقع ہیں۔ پہلی اہم بات یہ کہ دسمبر کے آخر سے ہی ان میں ذہنی بالیدگی کے دور کا آغاز ہوگا۔ یوں جیسے کوئی طالب علم اچھے اسکور کے بعد بی ایچ ڈی کرنا شروع کر دے۔ ایک ذہنی دور کا کامیاب اختتام اور دوسرے کا پرامید آغاز دکھائی دے رہا ہے۔ آج تک اگر آپ منہ مٹا کر رہے ہیں تو اب سے کتابیں لکھنا شروع کریں گے۔ ابھی تک آپ نے خود کو دنیا والوں کے سامنے پیش کرنا سیکھا ہے۔ اب آپ اپنا واضح ایچ جے بن چکے ہیں۔ ایسے مشکل حالات سے بھی گزر چکے ہیں کہ جب آپ کی عزت نفس کو ٹھیس پہنچائی گئی۔ آپ کو خاموش رہ کر صبر سے سہارا دینا پڑا۔ اپنی تجربات نے آپ کی شخصیت کو مزید نکھار دیا ہے۔ آپ اپنے آپ اور اپنی ضرورتوں کو کچھ سمجھ چکے ہیں۔ آپ کی منزل آپ کی نظروں کے سامنے ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ آپ کو کیا

چاہیے۔ اگلے بارہ ماہ میں خاص طور پر 2015ء کے آغاز کے ساتھ ہی، آپ ایک نئے سفر کا آغاز کریں گے۔ یہ ایک ایسا سفر ہے جہاں آپ کی شخصیت ایک نئے رعب میں دنیا کے سامنے آئے گی۔ یہ وہ پہلے پہل سے بہت بہتر مضبوط اور خوب صورت ہے۔ آپ کسی میگنیت کی طرح کامیابیوں کو اپنی جانب کھینچ لیں گے۔ آپ کی خواہشات کیے جگہ جگہ پوری ہونی شروع ہوں گی۔ بہتر تو یہ ہے کہ کوئی خاص اہم یا طویل المدتی منصوبہ بندی نہ کریں۔ ابھی بہت سیکھنا اور سمجھنا باقی ہے۔ کچھ ایسی تبدیلیاں بھی ہیں جو ابھی ظاہر ہوئی ہیں۔ ان پر توجہ مرکوز کریں۔ آپ کے گھریلو معاملات دیکھ کر ایک خاص ڈگر پر چلتے دیکھیں گے لیکن آپ کے اندر کی "ظلمت" اور "کلاش" قائم رہے گی۔ آپ کو محسوس ہوتا ہے کہ گھر میں جیسے کچھ کیسی ہے، لیکن کسی بہتری کی

معمنائش سے یا پھر گھر کی معنائی مکمل نہیں ہے۔ ایسا کچھ ہے جو آپ کو بے چین کیے رکھتا ہے۔ یہ نہ دکھائی اور نہ ہی سمجھ آئے والی ظلمت آپ کی جان نہیں چھوڑے گی۔ آپ نے اپنا ایک خیالی دنیا بنا رکھی ہے، جس کے اپنے ہی کردار اور واقعات ہیں۔ یہ خیالی دنیا آپ کو بہت عزیز ہے۔ اس کا تقوہ و آپ کو سمجھ کیے رکھتا ہے۔ اپنی امتیاز ضرور کریں کہ آپ کی یہ خیالی دنیا حقیقی دنیا کے کرداروں پر اثر انداز نہ ہو۔ میزان افراد کو آنے والے سال میں اپنے ذہن کا بہت خیال رکھنا ہوگا۔ صحت کے حوالے سے کچھ مسائل دکھائی دے رہے ہیں۔ اپنی صحت پر خاص توجہ دینی چاہیے۔ یہ یاد رکھیں کہ اگر آپ کے پاؤں ٹھیک رہیں گے تو باقی صحت بھی ٹھیک رہے گی۔ اگلے سال میزان افراد کی ایک خاص اور بہت بڑی خواہش پوری ہوتی دکھائی دے رہی ہے۔ یہ وقت ماہ اگست 2015ء کے آگے پیچھے ہو سکتا ہے۔



پہلے سے کہیں زیادہ موثر۔ زیادہ بہتر

بلیک روز سپر ہمیز ٹانک

5 بالوں کے قدرتی نکھار کیلئے  
ایک فارمولے میں پانچ کیمیکلز

بالوں کی چمک اور نکھار کیلئے ہمیز ٹانک کا استعمال یقینی بنائیں  
کیونکہ یہ بالوں کا فطری سچا محافظ ہے

2X بالوں کو دوگنا مضبوط بنائے

دو شاخہ بالوں کو صحت مند بنا کر۔ طاقت بخشنے

وٹامن آئی کی بدولت  
بالوں میں ریشمی احساس کا اضافہ کرے

نباتاتی قدرتی غذائیت سے سنوارے

بالوں کے رُوکھے پن اور الجھن سے  
ہمیشہ کیلئے نجات

5

2X

⊘

E

frizz



Stay connected for hair care solution  
www.facebook.com/blackrosehaircare



17







DERMO-EXPERTIES

For all skin

Multi functional, mega results  
Gel simultaneous skin bleach &  
skin polishing required  
after skin bleach



*Let it burn on your skin!*



Contact # 0332 5228557  
www.tune.com.pk  
tunepak@gmail.com



- No Rashes
- No Irritation
- Cool Sensation
- 3G Formulation
- Swift & Glitter
- Bleach & Skin Polish

**TUNE**  
**COOL BLEACH**



## ڈیو واٹنگ کریم

رنگ گورا کرنے والی جدید، حیرت انگیز کریم جو آپ کے چہرے سے کیل، مہاسے، چھائیاں، داغ، جھجھکیاں اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے ختم کر کے آپ کو بے داغی خوبصورتی

# Due®

Whitening Cream

گوری بے داغ نکھری رنگت کے لئے

UV Filters  
Vitamins  
Natural  
Fruit  
Extracts

جب ہے ڈیو۔۔۔ تو کچھ اور کیوں؟



Manufacturer  
KREATIVE  
Cosmetics (Pvt) Ltd.

# Due®

MARKS NIL CREAM

کیل، مہاسے، چھائیاں  
اور  
یہ حلقوں کا مکمل خاتمہ

جب ہے ڈیو۔۔۔

تو کچھ اور کیوں؟



Manufacturer  
KREATIVE  
Cosmetics (Pvt) Ltd.





WWW.PAKSOCIETY.COM



WWW.PAKSOCIETY.COM

کام ہے کیوں کہ آپ کے گھر کے افراد زندگی بھر کی طرح ایک کر رہے ہیں۔ جو کوئی بات سمجھنے کی کوشش کر رہے ہیں اور نہ ہی خند سے ہنسنے کے لیے تیار ہے۔ لہذا آپ کو ایک زہریلی طرح فریضے ادا کرنا ہوں گے۔ بڑا مشورہ ہے کہ کسی کی طرف دامن نہ کریں اور نہ ہی کسی کی پادشاهی کا حصہ بنیں۔ حالیہ ٹھنڈوں میں، ماضی کے اشتکالات کی پرچھائیاں بھی دکھائی دیتی ہیں۔ اس ماہ 18 اکتوبر کا چاند گرہن آپ پر کچھ زیادہ اثرات مرتب نہیں کر رہا۔ البتہ آپ کو ملاخبر میں موصول ہو سکتی ہیں۔ برزخ کو دور بند ضرور سنیں کیوں کہ واضح طور پر لگ رہا ہے کہ آپ کو غلا اظہامات موصول ہو رہی ہیں۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کی کئی کمیشن کو متاثر کر رہا ہے۔ غیر متوقع حالات کا سامنا ہو سکتا ہے۔ اپنے ذہن کا ایک اپ رکھیں۔ جو کبھی غلط و سکتا ہے، احتیاط سے کریں۔ غلے اور کھجور جانی جانے والی اظہامات بارے میں سزاوارتہ ہے کہ آواز مت پٹے پر کھجوریں پائیں۔ یہ بھی خیال رکھیں کہ آپ کی باتوں کا ایسا ملاحظہ نہیں کیا جاسکتا ہے۔

سنہ 19 افراد کے لیے یہ مہینہ حالات کے حوالے سے بھترن ہے۔

ذکی ہوئی اور عیال خرد کو دوہول ہونی نظر آتی ہیں۔

**میزان Libra** (24 ستمبر 23 اکتوبر)

اس ماہ آپ کے لیے بے پناہ مصروفیت دکھائی دے رہی ہے۔ میزان افراد کے لیے یہ خاصا کامیاب اور مثبت مہینہ ہے۔ اس ماہ 2 گرہن لگ رہے ہیں۔ آپ کی ذات، معاشی حالت اور صحبت ان گرہنوں کے زیر اثر آ سکتی ہے۔ یہ تینوں ملاحظے کے بعد گہرے آپ کی توجہ کا مرکز رہیں گے۔ آپ کو غلط اور بنا دہکا کوئی بات یا ناقص نظر آتا ہے۔

رومانس کے معاملات خاصے خوشگوار رہیں گے۔ گوکہ غلا خیمیاں چاروں جانب سے حمل آور ہو سکتی ہیں، مگر تا کام رہیں گی۔ 18 اکتوبر کا چاند گرہن آپ کے سنجیدہ تعلقات کے گھر میں لگ رہا ہے۔ تمام زانی اور کورہ باری تعلقات میں بھرتی اور ارتقائی کے واضح امکانات موجود ہیں۔ آپ اچھے اور بڑے میں تیز کرنے کے قابل ہو سکتے ہیں۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے مالی معاملات پر اثر انداز ہوگا۔ معاشی استحکام کے حالات پیدا ہوں گے۔ ہر سورج گرہن آپ کی کمیشنوں، روٹی اور کھجور کی منسوب بندی کو متاثر کرتا ہے۔ اب کی بار بھی ایسا ہی ہوگا۔ دکھائی دے رہا ہے۔ 2014 کا آخری حصہ آپ کے لیے بہت کچھ لے کر آ رہا ہے۔ خاص طور پر اپنی سرمایہ کاری اور منصوبہ بندی کو اپ نوڈیت رکھیں۔ ان اثرات سے آپ کو زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانا چاہیے۔ لہذا توجہ اور دھیان اسی طرف مرکوز رکھیں اور پوک، خوشیاور ہیں۔

**عقرب Scorpio** (24 اکتوبر 22 نومبر)

اکتوبر 2014، مقرب افراد کے لیے پائی برج کی نسبت کچھ زیادہ ہی اہم، خاص اور سالم انگیز دکھائی دے رہا ہے۔ اس کی وجہ گرہن ہیں جو کہ بنیادی نوعیت کے ہیں۔ آٹھ اکتوبر کا چاند گرہن آپ کے کاروبار کے خاتمے میں ڈون پندر ہوگا۔ یہ گرہن ملازمت، کاروبار یا دیگر ذمہ داریوں میں غیر متوقع تبدیلیاں لا سکتا ہے۔ اپنے پاؤں سنبھلی سے جانے رکھیے گا۔ آپ اپنے اور اپنی فیملی کے کھانے پینے کے طور طریقوں میں بنیادی تبدیلی کر سکتے ہیں۔ اگلے چھ ماہ آپ کی توجہ محنت اور حوصلہ مند کے اصولوں پر مرکوز دکھائی دیتی ہے۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ اپنے گھر کے کچن کو نئے مہرے سے تزئین دے لائیں۔ آپ کے گھر کے افراد تمام دنوں کی نسبت کچھ زیادہ حواس دکھائی دے رہے ہیں۔ اس بات کو زیادہ غور کیجیے کہ اس سے کیا نتائج نکلیں۔

23 اکتوبر کا سورج گرہن بے حد اہم ہو سکتا ہے۔ اس کے اثرات

اگلے چھ ماہ جاری رہیں گے۔ یہ گرہن آپ کے اپنے ہی برج میں لگ رہا ہے۔ اس کے اثرات کچھ اس نوعیت کے ہیں کہ آپ کی شخصیت، حالات اور خیالات میں بنیادی اور مثبت تبدیلیاں ہوں گی۔ آپ ایک نئے انداز سے دنیا کے سامنے آئیں گے۔

**قوس Sagittarius** (23 نومبر 22 دسمبر)

بھولی طور پر یہ ایک تیز اور گہما گہما تے بھر پور مہینہ ہے۔ قوس افراد ان دنوں موٹل سرگرمیوں میں مصروف دکھائی دے رہے ہیں۔ ان سرگرمیوں کا مثبت اثر آپ کے کاروبار اور دیگر کیریئر پر بھی دکھائی دے رہا ہے۔ اس میں ہول میں آپ کو اپنے لوگ بھی نہیں گھبراہٹ کے لیے بہت فائدہ مند ثابت ہو سکتے ہیں۔ قوس افراد کی زندگی میں اس ماہ ذہنی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ روحانیت بھی دکھائی دیتی ہے۔ لگ بھگ آپ کے لیے اکتوبر اس برس کا سب سے زیادہ روحانی مہینہ ہے، اس ماہ کی شرمسری، اس ماہ تھے دماغی اور گرہن ہیں۔ وہ دنوں کے اثرات آپ پر خاصے گہرے نظر آتے ہیں۔ 18 اکتوبر کا چاند گرہن آپ کی توجہ آپ سے کم عمر لوگوں اور اولاد کی جانب مبذول کر رہا نظر آتا ہے۔ آپ ان کے لیے کچھ اہم باتیں بھی کر سکتے ہیں۔ ان باتوں سے ہونے والا یہ سلسلہ اگلے چھ ماہ تک چلاگا۔

اس دوران وہ تمام لوگ جو آپ سے کم عمر ہیں، آپ کی زندگی میں اہم کردار ادا کریں گے۔ چاند گرہن کا دورانیہ آپ کے لیے مفرور کی کمیشن کے حوالے سے مددگار ہے۔ لہذا سزاوار اور ہوتی کریں۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے 12 ویں یعنی روحانیت اور لاشعور کے گھر میں لگ رہا ہے۔ یہ اگلے چھ ماہ تک آپ کو Para normal phenomena کی جانب متوجہ کر سکتا ہے۔ ماضی کی غلطیوں، غم اور شکر کی یادیں آپ کو یاد دلا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ آپ کی ملاقات ایسے لوگوں سے ہونی نظر آتی ہے جو آپ کے خیالات اور نظریات پر اثر انداز ہو سکتے ہیں۔ اگلے ماہ میں آپ ایک ایسے دور سے گزریں گے جہاں آپ کے خیالات اور نظریات تیزی سے بدلنے لگیں گے۔

**جدو Capricorn** (23 دسمبر 20 جنوری)

آپ کے لیے یہ معاشی استحکام کا مہینہ ہے۔ آپ کے پرنسپل تیزی سے کامیاب ہو سکتے ہیں۔ تاخیر اور کوشش دور دور ہوں گی اور نئے مواقع دستیاب ہوں گے۔ اس ماہ 2 گرہن لگ رہے ہیں۔ پہلا چاند گرہن آپ کے گھر، گھریلو معاملات اور گھریلو افراد کے ساتھ تعلقات کو متاثر کر سکتا ہے۔ چاہتے نہ چاہتے، آپ کو ان مسائل کو حل کرنا پڑے گا۔ اگلے چھ ماہ میں دکھائی دے رہا ہے کہ آپ کی توجہ بزرگوں اور عمر میں آپ سے بڑے لوگوں کی جانب مرکوز رہے گی۔ ان کی جانب سے غیر معمولی حساسیت کا مظاہرہ دکھائی دے رہا ہے۔ آپ کو دھیان رکھنا ہوگا کیوں کہ آپ کے منہ سے نکلی ہوئی بات کا اچھا خاصا نتیجہ بن سکتا ہے۔ ضرورت سے کام لینے ہونے تمام مسائل حل کرنے کی کوشش کریں کیوں کہ آپ کے پاس کوئی دوسرا اور بڑھاپا نہیں ہے۔ دکھائی نہیں دے رہا۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے 11 ویں گھر میں لگ رہا ہے۔ اس کا بنیادی تعلق امیدوں، دوستوں اور منصوبہ بندی سے ہے۔ ان دنوں آپ کو اپنی عمومی زندگی اور کام کی رفتار کو کم کرنا ہوگا۔ کوشش کریں کہ اکتوبر کا مہینہ بہت آہستہ رفتار سے گزریں۔ ہر فیصلہ بہت سوچ سمجھ کر کریں۔ کئی بار دیکھیں کہ سوچیں۔ اس ماہ انہی بہت سی ملا خیمیاں پیدا ہونے کا امکان ہے جن کا تعلق آپ کے قریبی دوستوں اور دوستوں سے ہے۔ اس سے آپ ذہنی طور پر لگ بھی آ سکتے ہیں لیکن

**حوت Pisces** (20 جنوری 120 مارچ)

حوت افراد کا ذہن اس ماہ اپنی معاشی حالت کے بارے سوچنا دکھائی دے رہا ہے۔ آپ کے سوچنے کا انداز خاصا اچھا لگ رہا ہے۔ آپ کی سوچ کا مرکز ایسا ہے کہ جس کے بارے میں کبھی کوئی زیادہ معلوم نہیں۔ آپ بھرتی رہے ہیں لیکن سمجھا نہیں پا رہے۔ اس ماہ اور گرہن لگ رہے ہیں۔ آٹھ اکتوبر کا گرہن آپ کے دوسرے گھر یعنی نان مال میں لگے گا۔ اس گرہن کے اثرات اچھے جو اچھ رہیں گے۔ خانہ مال سے وابستہ معاملات پر توجہ رکھیے گا۔ بنیادی بات "ملکیت" کی ہے۔ جو آپ کا بے دستہ مکمل حفاظت سے رکھیں۔ اس گرہن کے زیر اثر آپ کے ذہن میں بہت کچھ بدل سکتا ہے۔ آپ آج تک کیسے بیان کرتے یا مسائل کو کس نظر سے دیکھتے تھے، اب اس سوچ میں بہت حد تک تبدیلی آئے گی۔ آپ نہ صرف خائف بلکہ آؤٹ آف دہی باکس میں پناہ شروع کریں گے۔ آپ کے اندر کی بات سے تبدیلی کی لہریں تھیں۔ اب اگلے چھ ماہ میں یہ ذہنی تبدیلی اچھا انداز ہو رہا ہے۔ اسی لیے یہ بات کہہ رہی ہوں کہ حوت افراد میں تبدیلی کے دور سے گزر رہے ہیں۔ وہ اب مکمل ہو جائے گا۔

شاید اب آپ کے لیے یہ ضروری ہوگی ہے۔

**دلو Aquarius** (21 جنوری 19 فروری)

اس ماہ آپ کی زندگی کے دو مہینے "کیریئر اور مالی معاملات" اہم رہیں گے۔ ان دنوں معاملات میں احتیاط اور تاخیر سے کام لیں۔ جتنی بھی اہم پرنسپل ملتی کر سکتے ہیں، کر دیں۔ اس ماہ جب کہ تمام برج کے معاملات گزریں ہیں، آپ کے حالات خاصے مثبت رہیں گے۔ ہم اور اپنی مہم کو سامنے لے کر چلنے کی کوشش کریں۔ اگر کوئی ملتی کرنا پڑے تو کریں۔ ویسے ہی آپ کے لیے یہ دن ایسے ہیں کہ جب آپ کو آگے بڑھنے کی بجائے گزشتہ تمام اقدام اور فیصلوں پر نظر پڑنی کرنی چاہیے۔ بہت واضح امکان دکھائی دیتا ہے کہ آپ کی ملاقات کسی نئے اور بہتر دوست یا محبوب سے ہو جائے گی۔ یہ ایک خوب صورت اتفاق بھی ہو سکتا ہے۔ اس ماہ اور گرہن لگ رہے ہیں۔ 18 اکتوبر کا چاند گرہن آپ کو غیر متوقع یا غیر معمولی جذبات، خیالات اور نظریات سے متاثر کر سکتا ہے۔ جن کے باعث آپ کے حالیہ خیالات اور نظریات اچانک تبدیلی کا شکار ہو سکتے ہیں۔ یہ اثرات اگلے چھ ماہ تک چلے دکھائی دے رہے ہیں۔ اتحاد صحابان رہے کہ خود کو خیالی انداز میں دکھانے ہونے لگیں۔ یہ اثرات آپ کو اچھی دنیات اور بھی کر سکتے ہیں۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے کاروبار کے خاتمے میں لگ رہا ہے، اس کے زیر اثر آپ کے لیے بھرتی اور دھجی کے حالات پیدا ہو سکتے ہیں۔ واضح امکان ہے کہ آپ اپنی آج تک کی جدوجہد کا ثمر حاصل کر سکتے ہیں۔

اگلے چھ ماہ جاری رہیں گے۔ یہ گرہن آپ کے اپنے ہی برج میں لگ رہا ہے۔ اس کے اثرات کچھ اس نوعیت کے ہیں کہ آپ کی شخصیت، حالات اور خیالات میں بنیادی اور مثبت تبدیلیاں ہوں گی۔ آپ ایک نئے انداز سے دنیا کے سامنے آئیں گے۔

**قوس Sagittarius** (23 نومبر 22 دسمبر)

بھولی طور پر یہ ایک تیز اور گہما گہما تے بھر پور مہینہ ہے۔ قوس افراد ان دنوں موٹل سرگرمیوں میں مصروف دکھائی دے رہے ہیں۔ ان سرگرمیوں کا مثبت اثر آپ کے کاروبار اور دیگر کیریئر پر بھی دکھائی دے رہا ہے۔ اس میں ہول میں آپ کو اپنے لوگ بھی نہیں گھبراہٹ کے لیے بہت فائدہ مند ثابت ہو سکتے ہیں۔ قوس افراد کی زندگی میں اس ماہ ذہنی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ روحانیت بھی دکھائی دیتی ہے۔ لگ بھگ آپ کے لیے اکتوبر اس برس کا سب سے زیادہ روحانی مہینہ ہے، اس ماہ کی شرمسری، اس ماہ تھے دماغی اور گرہن ہیں۔ وہ دنوں کے اثرات آپ پر خاصے گہرے نظر آتے ہیں۔ 18 اکتوبر کا چاند گرہن آپ کی توجہ آپ سے کم عمر لوگوں اور اولاد کی جانب مبذول کر رہا نظر آتا ہے۔ آپ ان کے لیے کچھ اہم باتیں بھی کر سکتے ہیں۔ ان باتوں سے ہونے والا یہ سلسلہ اگلے چھ ماہ تک چلاگا۔

اس دوران وہ تمام لوگ جو آپ سے کم عمر ہیں، آپ کی زندگی میں اہم کردار ادا کریں گے۔ چاند گرہن کا دورانیہ آپ کے لیے مفرور کی کمیشن کے حوالے سے مددگار ہے۔ لہذا سزاوار اور ہوتی کریں۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے 12 ویں یعنی روحانیت اور لاشعور کے گھر میں لگ رہا ہے۔ یہ اگلے چھ ماہ تک آپ کو Para normal phenomena کی جانب متوجہ کر سکتا ہے۔ ماضی کی غلطیوں، غم اور شکر کی یادیں آپ کو یاد دلا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ آپ کی ملاقات ایسے لوگوں سے ہونی نظر آتی ہے جو آپ کے خیالات اور نظریات پر اثر انداز ہو سکتے ہیں۔ اگلے ماہ میں آپ ایک ایسے دور سے گزریں گے جہاں آپ کے خیالات اور نظریات تیزی سے بدلنے لگیں گے۔

**جدو Capricorn** (23 دسمبر 20 جنوری)

آپ کے لیے یہ معاشی استحکام کا مہینہ ہے۔ آپ کے پرنسپل تیزی سے کامیاب ہو سکتے ہیں۔ تاخیر اور کوشش دور دور ہوں گی اور نئے مواقع دستیاب ہوں گے۔ اس ماہ 2 گرہن لگ رہے ہیں۔ پہلا چاند گرہن آپ کے گھر، گھریلو معاملات اور گھریلو افراد کے ساتھ تعلقات کو متاثر کر سکتا ہے۔ چاہتے نہ چاہتے، آپ کو ان مسائل کو حل کرنا پڑے گا۔ اگلے چھ ماہ میں دکھائی دے رہا ہے کہ آپ کی توجہ بزرگوں اور عمر میں آپ سے بڑے لوگوں کی جانب مرکوز رہے گی۔ ان کی جانب سے غیر معمولی حساسیت کا مظاہرہ دکھائی دے رہا ہے۔ آپ کو دھیان رکھنا ہوگا کیوں کہ آپ کے منہ سے نکلی ہوئی بات کا اچھا خاصا نتیجہ بن سکتا ہے۔ ضرورت سے کام لینے ہونے تمام مسائل حل کرنے کی کوشش کریں کیوں کہ آپ کے پاس کوئی دوسرا اور بڑھاپا نہیں ہے۔ دکھائی نہیں دے رہا۔ 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے 11 ویں گھر میں لگ رہا ہے۔ اس کا بنیادی تعلق امیدوں، دوستوں اور منصوبہ بندی سے ہے۔ ان دنوں آپ کو اپنی عمومی زندگی اور کام کی رفتار کو کم کرنا ہوگا۔ کوشش کریں کہ اکتوبر کا مہینہ بہت آہستہ رفتار سے گزریں۔ ہر فیصلہ بہت سوچ سمجھ کر کریں۔ کئی بار دیکھیں کہ سوچیں۔ اس ماہ انہی بہت سی ملا خیمیاں پیدا ہونے کا امکان ہے جن کا تعلق آپ کے قریبی دوستوں اور دوستوں سے ہے۔ اس سے آپ ذہنی طور پر لگ بھی آ سکتے ہیں لیکن

**حوت Pisces** (20 جنوری 120 مارچ)

حوت افراد کا ذہن اس ماہ اپنی معاشی حالت کے بارے سوچنا دکھائی دے رہا ہے۔ آپ کے سوچنے کا انداز خاصا اچھا لگ رہا ہے۔ آپ کی سوچ کا مرکز ایسا ہے کہ جس کے بارے میں کبھی کوئی زیادہ معلوم نہیں۔ آپ بھرتی رہے ہیں لیکن سمجھا نہیں پا رہے۔ اس ماہ اور گرہن لگ رہے ہیں۔ آٹھ اکتوبر کا گرہن آپ کے دوسرے گھر یعنی نان مال میں لگے گا۔ اس گرہن کے اثرات اچھے جو اچھ رہیں گے۔ خانہ مال سے وابستہ معاملات پر توجہ رکھیے گا۔ بنیادی بات "ملکیت" کی ہے۔ جو آپ کا بے دستہ مکمل حفاظت سے رکھیں۔ اس گرہن کے زیر اثر آپ کے ذہن میں بہت کچھ بدل سکتا ہے۔ آپ آج تک کیسے بیان کرتے یا مسائل کو کس نظر سے دیکھتے تھے، اب اس سوچ میں بہت حد تک تبدیلی آئے گی۔ آپ نہ صرف خائف بلکہ آؤٹ آف دہی باکس میں پناہ شروع کریں گے۔ آپ کے اندر کی بات سے تبدیلی کی لہریں تھیں۔ اب اگلے چھ ماہ میں یہ ذہنی تبدیلی اچھا انداز ہو رہا ہے۔ اسی لیے یہ بات کہہ رہی ہوں کہ حوت افراد میں تبدیلی کے دور سے گزر رہے ہیں۔ وہ اب مکمل ہو جائے گا۔





**FaceFresh**<sup>TM</sup>  
CLEANSER CREAM

جوفیس فرلش  
وہی بیوٹی فیل



لگائے رکھیں پوری رات

چھائیاں، جھیریاں، داغ، دھبے،

حلقے کو کہیں گڈ نائٹ،



movie CLUB

BANG BANG!

شاہد کبھی کو ماوی نہیں کرے گی۔  
 فلم کی ڈائریکشن فرخ خان، پروڈکشن شاہد رخ خان کی  
 ٹیم گورنر شان اور سیدک وشال سنگھ کا ہے۔  
 فلم میں بھوت پرست کے ماحول کے ساتھ ساتھ بالی وڈ  
 کی ایکشن فلم 'How You See Me' کی جھلک بھی  
 دکھائی دیتی ہے۔ تاہم فلم کے آخر میں شاہد رخ خان  
 کے ڈائجیٹل 'ہندوستان' کا ہیرو ہے، آپریشن ہائی ہے سرے  
 دوست سے شائین ہر سیدک سکتے ہیں کہ وہ کچھ 'ہا'  
 دیکھتے جا رہے ہیں۔

بالی وڈ کے کلف 'شاہد رخ خان' کی ایکشن اور ڈراما  
 بھرپور ہے۔ فلم میں بوسٹنگ اسکریمن کی زبردستی ہے۔ فلم  
 میں دیکھ کر کون کون جھنجکی شریف، ایکسیٹنگ بکن، یو مین ایرانی،  
 ایمان شاہ اور سیدک وشال سنگھ کو یاد کرنا یاد آگئے تو سب سے  
 فلم کی کہانی Musical Heist کے گرد گھومتی ہے۔  
 شاہد رخ خان اور دیکھ کر بڑوں ان سے فٹس 'چٹائی  
 اٹھیں' اور 'اوم خان اوم' میں اپنے فن کا مادہ دگا  
 چکی ہے۔ فلمی ہنرمندوں کے مطابق دلچسپ  
 کہانی پر مشتمل ہے فلم بھی بینکار ان کے

# Haider

IN REPRODUCTION OF  
WILLIAM SHAKESPEARE'S "HAMLET"



دشمال بھارتیہ کی ڈائریکشن اور پروڈکشن سید سجاد علی کے ہاں  
 کی پروڈکشن میں بننے والی اس فلم کی کہانی ولیم شکسپیر کے  
 ڈراما "Hamlet" سے ماخوذ کی گئی ہے۔ فلم کی کاسٹ میں  
 تہہ شاہد کبھی، سید سجاد علی اور کے کے حسین اہم کردار ادا کر  
 رہے ہیں۔ فلم کی شوٹنگ جنت نظیر وادی کشمیر میں کی گئی ہے۔  
 اس سے قبل شکسپیر کے ڈراموں سے متاثر ہو کر وشال  
 بھارتیہ "مہبل" اور "اوم کارہ" جیسی فلمیں بھی بنا چکے  
 ہیں۔ بھارتیہ شاہد کبھی "سید" ان کے کیریئر کی سب سے  
 مشکل اور چیلنجنگ فلم تھی۔ انھوں نے کہا کہ اس فلم کی شوٹنگ  
 کے دوران انھیں احساس ہوا کہ Hamlet کتنا مشکل  
 کردار ہے۔ فلم میں ان کے مقابلے میں سید سجاد علی کے کردار

کترینہ کیف اور رینک روشن اس ایکشن تھرلر فلم میں مکمل مرتبہ ایک ساتھ  
 پروڈام کر رہے ہیں۔ ان دونوں کی جوڑی فلم ریٹیز ہونے سے پہلے ہی بے حد  
 مقبول ہو چکی ہے۔ یہ فلم ہالی وڈ اسٹوڈیو "Knight and Day" کا آڈیشنل ری  
 سیک ہے۔  
 رینک نام کردار اور کترینہ کیرن ڈیڈ کے کردار میں دکھائی دیں گی۔ فلم میں  
 رینک روشن Flyboarding کرنے بھی دکھائی دیں گے۔ کسی بھی بالی وڈ فلم  
 میں یہ ایسی طرز کا پہلا ڈانس سٹنٹ ہے جسے کرنے کا اعزاز رینک کے حصے ہے۔  
 اسے رینک کی مقبولیت کہہ لیجئے یا کترینہ کی خوبصورتی کا جاؤ کہ فلم کا ریٹیز  
 ریٹیز ہوتے ہی ابتدائی چوتیس گھنٹوں میں "most watched videos"  
 میں شامل ہو چکا ہے۔ یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ رینک روشن کی یہ فلم بالی وڈ کے  
 "خانہ بہرہ" کے لیے ایک چیلنج ثابت ہو سکتی ہے۔  
 فلم کی ڈائریکشن سید سجاد علی نے انجام دی ہے۔ پروڈکشن فوکس سٹار اسٹوڈیو کی ہے۔  
 جاوید چغتائی، جی شریگل اور ڈی ڈی ڈی نے فلم میں اہم کردار ادا کر رہے ہیں۔



# anhaar

## خالص انھار،

## تازہ ہر بار



pure wholesome goodness *For real.*



f AnhaarMilk

www.anhaar.com.pk

(042) 111-264-227



ہالی وڈ کے کنگ "شاہ رخ خان" کی ایکشن اور ڈراما سے بھرپور یہ فلم اس ماہ سینما سکرین کی زینت بننے جا رہی ہے۔ فلم میں دھپکا پن، کون، جنگی شرافت، انٹیلیجنک ٹکن، بوٹن ایرانی، دیوان شاہ اور سوسائٹی گیم اہم کردار ادا کرتے دکھائی دیں گے۔ فلم کی کہانی Musical Heist کے گرو گھومتی ہے۔

شاہ رخ خان اور دھپکا کی جڑی اس سے نہیں "چٹائی" ایکسپریس" اور "اوم شانتی اوم" میں اپنے فن کا جادو جگا چکا ہے۔ فلمی پنڈتوں کے مطابق دلچسپ کہانی پر مشتمل یہ فلم بھی یقیناً ان کے

شاہدین کو ماپیں نہیں کرے گی۔ فلم کی ڈائریکشن شرح خان، پروڈکشن شاہ رخ خان کی تنظیم گوہری خان اور میوزک وشال شیکھر کا ہے۔ فلم میں بھوت بریت کے ماحول کے ساتھ ساتھ ہالی وڈ کی ایکشن فلم "How You See Me" کی جھلک بھی دکھائی دیتی ہے۔ تاہم فلم کے ٹریک کے آخر میں شاہ رخ خان کے ڈائلاگ "تو تو صرف ٹرے، کچھ بھی ہانی ہے میرے دوست" سے شائقین یہ امید کر سکتے ہیں کہ وہ کچھ "جگا" دیکھنے جا رہے ہیں۔



# Haider

AN ADAPTATION OF WILLIAM SHAKESPEARE'S "HAMLET"

وشال بھردواج کی ڈائریکشن اور سدھارتھ رائے کی پروڈکشن میں بننے والی اس فلم کی کہانی ویلم شیکسپیر کے ڈراما "Hamlet" سے ماخوذ کی گئی ہے۔ فلم کی کاسٹ میں تون شاہد کپور، شرودھا کپور اور کے حسین اہم کردار ادا کر رہے ہیں۔ فلم کی شوٹنگ جنت نظیرہ ادنیٰ کشمیر میں کی گئی ہے۔ اس سے قبل شیکسپیر کے ڈراموں سے متاثر ہو کر وشال بھردواج "مقبول" اور "اوم کارہ" جیسی فلمیں بھی بنا چکے ہیں۔ بقول شاہد کپور "حیدر" ان کے کیریئر کی سب سے مشکل اور چیلنجنگ فلم تھی۔ انھوں نے کہا کہ اس فلم کی شوٹنگ کے دوران انھیں احساس ہوا کہ Hamlet کتنا مشکل کردار ہے۔ فلم میں ان کے مقابل شرودھا کپور مرکزی کردار ادا کر رہی ہیں۔



کترینہ کیف اور رینک روشن اس ایکشن تھرلر فلم میں پہلی مرتبہ ایک ساتھ پروٹارم کر رہے ہیں۔ ان دونوں کی جڑی فلم ریلیز ہونے سے پہلے ہی بے حد مقبول ہو چکی ہے۔ یہ فلم ہالی وڈ سودی "Knight and Day" کا آڈیشنل ری میک ہے۔

رینک نام کروڑ اور کترینہ کیسروں ڈیاز کے کردار میں دکھائی دیں گی۔ فلم میں رینک روشن Flyboarding کرتے بھی دکھائی دیں گے۔ کسی بھی ہالی وڈ فلم میں یہ اپنی طرز کا پہلا واٹر سٹنٹ ہے جسے کرنے کا اعزاز رینک کے سر ہے۔

اسے رینک کی مقبولیت کہہ لیجئے یا کترینہ کی خوبصورتی کا جادو کہ فلم کا ٹریلر ریلیز ہوتے ہی ابتدائی چوبیس گھنٹوں میں "most watched videos" میں شامل ہو چکا ہے۔ یہ کہنا بے جا نہ ہو گا کہ رینک روشن کی یہ فلم ہالی وڈ کے "خان بہرہ" کے لیے ایک چیلنج ثابت ہو سکتی ہے۔

فلم کی ڈائریکشن سدھارتھ راج آنند اور پروڈکشن ٹوکس سٹار اسٹوڈیو کی ہے۔ جاوید ظفری بھی شریں گل اور ڈینی ڈیوڈ کا فلم میں اہم کردار ادا کر رہے ہیں۔





**FaceFresh**<sup>TM</sup>  
CLEANSER CREAM

جوفیس فریش  
وہی بیوٹی فیل

لگائے رکھیں پوری رات  
چھائیاں، جھریاں، داغ، دھبے،  
حلقہ سب کو نہیں گڈ نائٹ



# اکتوبر 2014

## ٹاپ کارڈز

### پرفارمنس کامیاب اور مثبت ہینٹا ہے



عالیہ نذیر  
aliyah.nazir@yahoo.com  
Aliyah Nazir

ہو جائیں۔ اس دوران جو بھی حالات پیدا ہوں، ان کے ساتھ ایہ حسرت ہونے کی کوئی شکی نہیں کریں۔ کون بھی اتنی فیصلہ نہ کریں۔  
23 اکتوبر کے سورج گرہن کے اثرات آپ پر مثبت ہیں۔ آپ کو ان تمام لوگوں کی طرف متوجہ ہونا پڑے گا جو عمر میں آپ سے چھوٹے ہیں۔ آپ کی اولاد بھی عام ذہن کی نسبت کچھ زیادہ ہی آپ کی توجہ کی طالب رہے گی۔ 14 اکتوبر 2014ء کے بعد سال کے آخر تک، چاہتے نہ چاہتے، آپ اپنی زندگی کا تجربہ کریں گے۔ دراصل یہ ترمیم کے دن ہیں تاکہ زندگی کی نئی تلاش ہو سکے۔

### اسد Leo (24 جولائی تا 23 اگست)



اسد افراد کے لیے یہ مہینا عام ذہن کی نسبت زیادہ مصروفیت اور گہما گہمی سے بھر پور لگتا ہے۔ یہ ان کے ہذا چار ماہ کے لیے ایک طرح سے Blessing بھی ہے کیوں کہ اس گہما گہمی میں آپ کی زندگی میں سوجھ بوجھ کئی رکاوٹوں اور مشکلات میں تاخیر کا خاتمہ ہوگا۔ یوں جیسے کوئی سورج کنارے سے اُٹھے گا، اسے ساتھ میں ساتھ آپ کو اپنے احساس، ذہن اور مزاج کو بھی گاؤں میں رکھنا ہوگا۔

اس ماہ کی شرمیلی ماہ لگنے والے دو گرہن ہیں۔ پہلا گرہن 8 اکتوبر کو لگے گا جو آپ کے ذہن اور سوچ کو بہت گہرا تک سٹا کرے گا۔ اس کے اثرات اگلے چھ ماہ تک رہیں گے۔ اس دوران آپ کے تقریباً تمام خیالات اور نظریات کو چیلنج کیا جاسکتا ہے۔ انسان اپنی زندگی اپنے خیالات کے تحت گزارتا ہے۔ اس لیے کسی کھسارائیں پر کھنا چاہیے تاکہ اندازہ ہو سکے کہ آپ وقت کے ساتھ چل رہے ہیں یا پھر دنیا سے کھینچ بیٹھے ہو گئے ہیں۔ یہ ایک طرح سے آپ کی روشنی کا مروج ہے۔ اس کے بعد 24 اکتوبر کو سورج گرہن کے لگنے سے سورج چونکہ آپ کا حاکم سیارہ ہے اس لیے اس کے اثرات آپ پر زیادہ مست ہوتے ہیں۔

یہ گرہن آپ کے گھریلو معاملات اور حالات پر اثر انداز ہوگا۔ اس دوران خوش آنے والے مسائل کو ڈوری توجہ سے گھل کرنا ہوگا۔ مزید تاخیر معاملات کو خراب کر سکتی ہے لیکن حالات چونکہ سنگین ہوتے دکھائی دے رہے ہیں، اس لیے فوری فیصلوں سے گریز کریں۔

### سنبلہ Virgo (24 اگست تا 23 ستمبر)



اس ماہ آپ کو اپنی کمزوری توجہ دینی اور گھریلو معاملات پر مزید دیکھنا ہوگی۔ یہ بہت احتیاط طلب

مواقع خود بخود پیدا ہو جاتے ہیں کہ جب لوگوں کی اہمیت نظروں کے سامنے آ جاتی ہے۔ آپ کو معلوم ہوتا ہے کہ وہ کی کسٹی پر کون کتنا کھرا ہے۔ یوں کچھ نہیں کہ اب آپ سے کسی کی اہمیت چھپی نہیں رہے گی۔ آپ نے یہ احتیاط کرنا ہے کہ گینگویشن کے تمام ذرائع اور ان کے ذریعہ کا پیک اپ محفوظ رکھنا ہے۔ 23 اکتوبر شیڈی پر اعتراض کریں۔ خاص طور پر گاڑی اور کپڑے وغیرہ کی دیکھنا سے بچیں۔

### جوزا Gemini (21 مئی تا 21 جون)



جوزا کے لیے یہ دن کیسے بھی ہوں، جوزا افراد کے لیے ان دنوں بہت اچھے دور کا آغاز ہو رہا ہے۔ جموں طور پر اکتوبر ان کے لیے پائی پائیم کا مہینا ہے۔ یہ ایسا مہینا ہے کہ جب نئے دوست نہیں کے محبت بھی خوشگوار ہے، کی اور کاروبار میں خوب چلنے لگے۔ اتنا حیران رہے کہ کسی بھی طرح کے معاملات میں ضرورت سے زیادہ مدد دانی نہیں۔ نہ ہی زیادہ عہد دینا کریں۔ آپ کی طویل امید و مشورہ بندی اور بھی دوستیاں 18 اکتوبر کے گرہن کے زیر اثر آ رہی ہیں۔ آپ کو وہاں پر احتیاط کرنا ہوگا۔ وقتی آمدنیوں کے ذریعہ کوئی فیصلہ نہ لیں گے۔ جوزا افراد کے لیے ہر چاند گرہن کی طرح سے معاشرتی تبدیلیاں آتے ہیں۔ اس کے بعد 23 اکتوبر کو سورج گرہن آپ کے لیے کیریئر یا ملازمت میں اثر چھڑا کر سب میں سکتا ہے۔ یاد رہے کہ سورج گرہن جوزا افراد کے لیے "communication break" لے کر آتا ہے۔ اس لیے جب بھی سورج گرہن کا پیش تو سب سے پہلے کیونگیشن کے ذرائع کے ذریعے سے ہر طرح کے طائفی اختلافات کریں۔ اس ماہ آپ کو ایک اور احتیاط کرنا ہوگا کہ اپنے زندگی کے ساتھی یا اپنی محبت پر قیامت نہ برائیں۔ محبت ساتھ بیٹھے کا جذبہ ہے نہ کہ حکومت کرنے کا۔ آپ کا یہ رویہ کئی ناخوشیوں کو جنم دے سکتا ہے۔ اپنے رویے کا تجربہ فوری کریں تو آپ کو احساس ہو جائے گا۔

### سرطان Cancer (22 جون تا 23 جولائی)



سرطان افراد کے لیے یہ مہینا بے حد اہم ہے۔ اس ماہ دو گرہن ہیں اور جس میں ماہ چاند گرہن، دو سرطان افراد کے لیے اہم ہوتا ہے۔ جموں طور پر اکتوبر ایک انظراد مہینا ہے اور اس ماہ کے دنوں گرہن ہی حاکم انگیز ہیں۔ 8 اکتوبر کا چاند گرہن آپ کے کاروباری حالات کو متاثر کر رہا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ اپنی ملازمت اور کیریئر تبدیل کرنے کے متعلق سمجھ



### حمل Aries (21 مارچ تا 20 اپریل)

یہ مہینا حمل افراد کے لیے 2014ء کے اہم ترین مہینوں میں سے ایک ہے۔ اس ماہ آپ بہت سے غیر متوقع حالات کا سامنا کرنے نظر آ رہے ہیں۔ میرا مشورہ ہے کہ ہر معاملے میں احتیاط سے کام لیں اور مدلل ظاہر کرنے میں جلدی نہ کریں۔ سب کچھ خود بخود ٹھیک ہو جائے گا۔ اس گہما گہمی کے اثرات بہت مثبت دکھائی دے رہے ہیں۔ اس ماہ کی شرمیلی ماہ لگنے والے دو گرہن ہیں۔ پہلا گرہن 8 اکتوبر کو آپ کے اپنے ہی راج میں لگ رہا ہے۔ اس گرہن کو سمجھنا کہ اس کیسے کہ بہت اہم ہے۔ اس کا تعلق براہ راست آپ کی ذات سے ہے۔ آپ کی ذاتی زندگی سب کی نظروں میں آ سکتی ہے۔ یہ ذاتی نوعیت کا گرہن ہے۔ اس کے زیر اثر جو بھی ہوگا، غیر متوقع ہوگا۔ دوسرے گرہن کے زیر اثر آپ اپنی شخصیت، اپنے اوڑھنے اور کاہری لک کے متعلق مزید تبدیلیوں کے متعلق سمجھنے سے سوجنا شروع کریں گے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ کسی طرح کا کام سیکھنے غرضت بھی کر رہے ہیں۔ 2014ء کے آخری حصے میں آپ اسی طرف متوجہ ہونے کے کیوں کہ آپ نے سال میں نئی looks کے ساتھ داخل ہونا چاہتے ہیں۔ سمجھ لیں کہ اگلے چھ ماہ آپ کی توجہ کاروبار میں ایک ایکٹیو بنا رہے گی۔ اہم بات یہ کہ آپ ان میں کامیاب بھی رہیں گے۔



### ثور Taurus (21 اپریل تا 20 مئی)

آپ کی زندگی میں ان دنوں power struggle دکھائی دے رہی ہے۔ آپ چاہتے ہیں کہ فوری فیصلہ کرنے کا اختیار آپ کے پاس ہو۔ ذہنی طور پر آپ اسی مسئلے میں اٹھے ہوئے ہیں کہ "who is the boss" اس الجھن کے ذریعہ آپ خود بخود اپنی ویر پاؤ کو آزمانے رہیں گے۔ اس ماہ دو گرہن لگ رہے ہیں۔ 18 اکتوبر کا چاند گرہن آپ کے 12 ویں گھر میں لگے گا اور اس کے اثرات، کامیاب چلتے رہیں گے۔ یہ اثرات براہ راست آپ کے لاشعور پر اثر انداز ہوں گے۔ یہ روحانی منزلوں کی جانب اشارہ ہے۔ آپ زندگی کی چوتھی سمت یعنی 4th dimension سے متعارف ہو سکتے ہیں۔ اس کے بعد 23 اکتوبر کا سورج گرہن آپ کے 7 ویں گھر میں متحدہ دعائیات کے گھر میں لگے گا۔ اس گرہن کے زیر اثر اگلے چھ ماہ میں آپ کی زندگی میں سوجھ بوجھوں کا امتحان ہوگا۔ اس امتحان میں کوئی کامیاب ہو چکا ہو تو کوئی ناکام۔ یہ قدرت کے کام ہیں۔ بعض اوقات ایسے



# نساء ایکسٹرا گلوئنگ وائٹننگ کریم

ایک منفرہ  
فیئر لیس  
ٹریٹمنٹ

خواہصرت  
اور جوان  
رنگت کے لئے



TREND  
INTERNATIONAL  
www.trend.com

ٹینشن نہ لو۔ گورا پن چاہیے  
نساء وائٹننگ کریم لو

# پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

## یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

### ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو م ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں
- ✦ سیریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو ایسے کمانے کے لئے شرک نہیں کیا جاتا

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

← ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

← ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

# WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on  
Facebook

[fb.com/paksociety](https://fb.com/paksociety)



[twitter.com/paksociety1](https://twitter.com/paksociety1)



# MITCHELL'S®

## Tomato Paste

اصلی ٹماٹروں کا گڑھا پیسٹ

اس میں شامل ہے  
2.5 کلوگرام  
تازہ ٹماٹروں کا  
گڑھا گودا

اس میں شامل ہے  
1 کلوگرام  
تازہ ٹماٹروں کا  
گڑھا گودا



1 full Thsp.  $\approx$  3 medium size tomatoes  
(36g tomato paste)  $\approx$  (200g tomatoes)



✓ No Preservatives

✓ No Artificial Flavours

✓ No Artificial Colours

WWW.PAKSOCIETY.COM